

ప్రయాణామై పోవునపుడు చెప్పుకొన్న ఏ ఆపద కలుగకుండ క్షేమముగ తిరిగి వచ్చుటకు కవచమువంటి మంత్రము:-

"హనుమానంజనాసూనుః వాయుపుత్రో మహాబలః
రామేష్టః ఫల్గుణ సఖః పింగాక్షో౽మిత విక్రమః
ఉదధి క్రమణశ్చైవ సీతాశోక వినాశకః
లక్ష్మణ ప్రాణదాతా చ దశగ్రీవస్య దర్పహా
ద్వాదశైతాని నామాని కపీంద్రస్య మహాత్మనః
స్వాపకాలే పఠేన్నిత్యం యాత్రాకాలే విశేషతః
తస్య మృత్యుభయం నాస్తి సర్వత్ర విజయీ భవేత్"

దారిన పోతూండనపుడు అపశకునముగ తోచిన శుభముగ మారుటకు తక్షణం చెప్పుకొదగిన మంత్రము:-

నమో స్త్వనంతాయ సహస్ర మూర్తయే
సహస్ర పాదాక్షి శిరోరుబాహవే
సహస్ర నామ్నే పురుషాయ శాశ్వతే
సహస్ర కోటీ యుగధారిణే నమః."

తులసి చెట్టుకు నీరు పోసేటప్పుడు చెప్పుకునే మంత్రము:-

"యన్మూలే సర్వతీర్థాని యన్మధ్యే సర్వదేవతాః
యదగ్రే సర్వవేదాశ్చ తులసి త్వాం నమామ్యహమ్."

సంకలనము,

పులిపాటి వేంకటసుబ్బయ్య.

యోగదర్శనము

(పతంజలి యోగసూత్రములు)

సమాధి, సాధన పాదములు.

★

శ్రీ డా॥ ఇక్బర్ కృష్ణ తైమినిగారి
" The Science of Yoga "
అనే గ్రంథానికి స్వేచ్ఛానువాదం.

★

అనువాదకుడు :

పాణ్యం రామనాథశాస్త్రి,
అధ్యక్షుడు
రాయలసీమ థియసాఫికల్ ఫెడరేషన్
కోవెలకుంట్ల, కర్నూలు జిల్లా - 518 134.

★

ప్రకాశకులు :

శ్రీ పులిపాటి వేంకటసుబ్బయ్య,
M.A., B.Ed.,
9/825 యల్లంబజారు, వరంగల్ - 506002.

1990

ప్రథమ ముద్రణ : 1990

ప్రతులు : 1000

వెల : రు. 14—00

గ్రంథములు లభ్యమగుచోటు:—
పులిపాటి వేంకటసుబ్బయ్య, M.A., B.Ed.,
Retd. Lecturer in Hindi.
భగవద్గీతా భాగవత ప్రచారకులు
9/825 యల్లంబజారు, వరంగల్-506002.

ముద్రణ :
శ్రీ బాలాజి ప్రెస్,
గాంధిరోడ్ చిత్తూరు.



पतंजलि

ప్రవేశిక

యోగము అనే మాట నేటి దినాల్లో ఎక్కువ ప్రచారంలోకి వచ్చింది. ముఖ్యంగా పాశ్చాత్య దేశాల్లో యోగశిక్షణ యిచ్చేం దుకు భారత దేశం నుండి చాలమంది గురువులు బయల్దేరినారు. ఆ శిక్షణా కేంద్రాలు డబ్బు సంపాదించే వ్యవస్థలుగా మారిపోయాయి. ఇండియాలో కూడా తరచుగా యోగము అనే అంశము ప్రసార మవుతూంది. వీటన్నిటిలో చెప్పేదేమంటే కొన్ని యోగాసనాలు ప్రాణాయామ పద్ధతులు, కొన్ని మంత్రాలు. ఇందులో శిక్షణ పొందే వారు, ఏ నియమాలూ పాటించ నవసరం లేదు. ఆహార విహారా లలో నియమంలేదు. కొంచెంసేపు కన్నులు మూసుకొని ఒక మంత్రాన్ని జపించడం, కొన్ని ఆసనాలు వేయడంతో శిక్షణ ముగు స్తుంది. ఈ మాత్రం చేస్తే మనశ్శాంతి లభిస్తుందని యీ కుహానా గురువులు బోధిస్తున్నారు. కాని యోగమంటే ఏమో తెలుసు కోవాలనే వారి సంఖ్య అతి స్వల్పం. కనుక యోగమంటే ఏమో తెలుసుకునేందుకు ప్రయత్నిద్దాం.

భారతీయ సంప్రదాయంలో ఆత్మోపలబ్ధిని పొందుట కొరకు ప్రముఖమైన మార్గాలెన్నో వున్నాయి. తపస్సంపన్నులగు ఋషి పుంగవులు యీ మార్గాలను క్రమబద్ధం చేశారు. అవి "షడ్దర్శన ములు" అని ప్రసిద్ధి గాంచాయి. అవి న్యాయ, వైశేషిక, సాంఖ్య, యోగ పూర్వమీమాంస ఉత్తర మీమాంస (వేదాంతము) అను నవి. ఈ ఆరింటిలో యోగమనే దర్శనము పతంజలి మహర్షి చే సూత్రీకరించ బడింది. యోగమనే పదానికి మాతృక "యుజ్" అనే ధాతువు. యుజ్ అనగా కలుపుట లేక సంయోగపరచుట అని అర్థము. రెండు లేక ఎక్కువ విషయాలున్నప్పుడే కలుపుట సంభ వించును. ఇక్కడ కలియ వలసిన విషయాలు జీవాత్మ, పరమాత్మ.

ఆదిలో పరమాత్మకు "ఏకోఽహం బహుస్యాం" నేను అనేక మగు దును గాక అని సంకల్పము కలిగిందని ఉపనిషత్తులు వక్కాణిం చాయి. అనాది, అనంతుడు, ఏకం, సత్ అని వ్యవహరించబడే ఆ పరమాత్మకు యీ సంకల్పం కలగడంతో అద్వితీయుడు, అభిన్నుడు అయిన పరమాత్మనుండి అనేక అంశములు వెలువడ్డాయి. ఆ పర మాత్మ కల్పించిన ప్రకృతిలో యీ అంశలు తాదాత్మ్యము నంది జీవాత్మలుగా వ్యవహరించ బడ్డాయి. తాము భగవదంశలను విషయమును మాయా ప్రభావముచే విస్మరించి తాము వేరు అనే భావంతో పరిణామాన్ని చెందుతూ వచ్చాయి, ఈ పరిణామంలో ఒక దశలో మానవుడు (జీవాత్మ) తన స్వభావాన్ని తెలుసుకుని మరలా పరమాత్మతో ఒక్కటే కావాలని నిశ్చయించి అందుకు కృషి చేస్తాడు. ఇదే ప్రవృత్తి నుండి, నివృత్తి మార్గానికి వెళ్ళే మలుపు.

స్వభావ సిద్ధంగా జీవులు ఆత్మతో ఏకం కావాలంటే అనంత కాలం పడుతుంది. కాని స్వప్రయత్నంచే యీ కలయికను ఒకే జన్మకు లేదా కొన్ని జన్మలకు పరిమితం చేయవచ్చు ఈ ప్రయత్నమే యోగసాధన. పతంజలి మహర్షి యీ సాధనను అష్టాంగ యోగము అని పేర్కొన్నాడు. ఈ సాధనలను సులభంగా జ్ఞాపకం చేసు కొనేందుకు అనుకూలంగా సూత్రీకరించాడు. యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధ్యాన, ధారణ, సమాధులు యీ ఎనిమిది యోగములకు అంగములు, ఇందులో మొదటి నాలుగు మనస్సును, శరీరాన్ని నిర్మలము గావించి ధ్యానమునకు అను కూలించునట్లుగా పరిశుద్ధ పరచును. ఈ నాల్గింటి సాధన ఒకటి తరువాత ఒకటికాక ఒకే కాలములో నిరంతరము శ్రద్ధాభక్తులతో అనుష్టించవలెనని సూత్రకారుని ఆదేశము, (దీర్ఘకాల నైరంతర్య సత్కారాసేవితో దృఢభూమిః)

యమం అనగా బాహ్యేంద్రియ నిగ్రహము (అహింస, అస్తేయము, బ్రహ్మచర్యము, అపరిగ్రహము). బాహ్యేంద్రియ నిగ్రహానికి మరెన్నో నియమాలు కలవు కాని సూచన మాత్రంగా వాటిలో ప్రముఖమైన పై ఐదు మాత్రమే పేర్కొనబడినవి. అట్లాగే నియమము. ఇది అంతరంగ నిగ్రహమునకు సంబంధించినది (శౌచము, సంతోషము, తపస్సు, స్వాధ్యాయము, ఈశ్వర ప్రణిధానము). మూడవది ఆసనము. ఏ ఆసనములో కూర్చుంటే శరీరము బాధ నందదో ఆ ఆసనములో కదలక మెదలక కనీసము ఒక గంటకాలమైనా వుండే ఆ ఆసనమును ఎన్నుకోవాలి. ఆసనములవలన మరియొక ప్రయోజనము శరీరారోగ్యము. హఠయోగములో ఆసనములకు ప్రత్యేకత కలదు. కాని అష్టాంగ యోగములో ఆసనము అనునది కేవలము ఒక అంగము మాత్రమే. స్థిరంగా కూర్చొని ధ్యానము చేయుకొరకు మాత్రమే వుద్దేశించబడినది. అట్లాగే నాల్గవ అంగమైన ప్రాణాయామము కూడ శ్వాస ప్రశ్వాసలగతి సమంగా వుంచేందుకే వుద్దేశించబడినది. హఠయోగమువలె ప్రాణాయామ సాధనవలన మనస్సును నిగ్రహించగల మరొక్క పద్ధతిగలదు. అది హఠయోగము వలె శరీరమునకు కష్టము కలిగించునది. మరియు ప్రమాదకరమైనది. సద్గురువు లేక యీ రెంటిని అభ్యసించిన శరీరారోగ్యము పాడగుటయే కాక మనసుపై కూడ అధికముగు ప్రభావము కలుగును.

పతంజలి మహర్షి నివేదించిన యోగాంగములు శరీరంలోని అంగముల వంటివి. ఏ ఒక్క అంగము శరీరము కానట్లు యీ అష్టాంగ యోగములోని ఏ ఒక్కటీ యోగము కానేరదు. అన్ని అంగములు సమరసంగా వున్నపుడే శరీరము ఆరోగ్యవంతంగా వుండగలదు. అట్లాగే అష్టాంగ యోగములోని అన్ని సాధనలు ఒకదానికొకటి తోడై సామరస్య విధానములో అభ్యసించాలి. ఈ నాలుగు సాధనలు ధ్యాన సాధనకు కావలసిన చక్కటి వాతావరణమును ఏర్పరచ

గలవు. రైతు భూమిని చక్కగా సేద్యము చేసి చదును చేసి, ఎరువు వేసి అంకురారోపణకు తగిన క్షేత్రముగా రూపొందించినట్లు సాధకుడు యీ మానసిక క్షేత్రాన్ని, ధ్యానమనే అంకురార్పణకు తగిన సుక్షేత్రంగా రూపొందించాలి. ఇట్టి సుక్షేత్రములో భగవంతుని దయ గురుకృప అనే వర్షము పడినపుడు ధ్యానమనే బీజము నాటిన అది ఏపుగా పెరిగి పుష్పించి సమాధిలో ఆత్మ సాక్షాత్కారము అనే సత్ఫలాన్ని ప్రసాదిస్తుంది.

ఐదవదియగు ప్రత్యాహార సాధనలో మనసు యింద్రియముల నుండి సంపూర్ణముగా ఉపసంహరించ బడును. ఇంద్రియార్థముల నుండి విముఖమైన మనసు ఏకైక ధ్యాన భూమికపై కేంద్రీకరించ బడును. ఇదియే ధారణ, ఈ ధారణలో ధ్యాన భూమికపై మనసు లయించి దానితో ఐక్యత చెందును. ధ్యానము చేయువాడు, ధ్యానము, ధ్యాన భూమిక అను త్రిపుటి నశించినది. ఈ ఆనందానుభూతిలో పొందిన అనుభవములో చైతన్యము విశుద్ధమగును. ఈ అనుభూతితో యింకా గుప్తముగా శేషించిన అనేక జన్మ సంసిద్ధమైన కర్మ శేషము దగ్ధమై పోవును. ఈ అనుభూతి శరీరములోని అన్ని అంగములను ప్రకాశింప జేస్తుంది. ఇదియే సమాధి స్థితి. సమాధి స్థితి నుండి మరల మనసును నెమ్మదిగా సామాన్య స్థితికి తీసుకొని రావలసియుండును. ఈ పరిస్థితిలో యే మాత్రము యేమరుపాటు కలిగినా విపరీతమైన అనారోగ్యము, నరముల బలహీనత, మతి భ్రమణము కలుగును. పద్మవ్యూహములోనికి వెళ్ళుట మాత్రమే తెలుసుకొని తిరిగి వచ్చు ప్రక్రియ తెలియక అభిమన్యుడు అంతమొందినట్లు యోగసాధకుడు ఆరోహణ అవరోహణ యీ రెండు పద్ధతులను చక్కగా సద్గురు సన్నిధిలో తెలుసుకొనుట మొంతైన అవసరము. సద్గురువులను పొందుటయే యీశ్వరానుగ్రహము. ఎప్పుడు మనస్సు పరిపక్వమగునో, ఎప్పుడు యోగసాధక శిష్యుడు యోగ్యతను పొందునో అప్పుడు దైవానుగ్రహముచే సద్గురువు లభించును.

గురుకృపచే సమాధ్యవస్థనందుకొని ఆత్మసాక్షాత్కారము పొంది సామాన్య స్థితికి వచ్చిన చైతన్యము దేహాములన్నిటిని ప్రజ్వలితముచేసి శక్తివంతములు కావించును. సమాధిలో ఎన్నో విభూతులు లభించును. వాటిని తిరస్కరించి యోగసాధన చేయుచు రాగా సాధకుడు 'కైవల్యం' అను స్థితిని పొందును. కైవల్యములో జీవుడు పరమాత్మలో ఐక్యత నొందును. ఇచ్చట రెండు లేవు. వుండేది ఒకటే. సర్వభూతములలో తాను, తనలో సర్వభూతములు దర్శించు వుత్తమోత్తమ స్థితి కైవల్యము. ఈ కైవల్యములో పొందిన జ్ఞానమే దివ్యజ్ఞానము లేక ఆత్మజ్ఞానము. ఈ జ్ఞానాన్ని నిత్యజీవితములో అనుష్ఠించగలుగుటయే 'దివ్యజీవనము'. ఇట్టి దివ్యజీవనము జీవించి తాను తరించి, సోదరమానవులను తరింపజేయుటే యోగము యొక్క పరమలక్ష్యము.

పతంజలి మహర్షి యీ యోగ సాధన విధానమును నాలుగు పాదములలో సూత్రీకరించినాడు. మొదటి పాదము సమాధి పాదము. దీనిలో యాభై ఒక్క సూత్రములు కలవు. యోగమంటే ఏమి? సమాధి స్థితిని పొందుటకు మార్గములు. ఈ మార్గములో పొందు ఆటంకములు, వాటిని తరించు వుపాయములు, సమాధి స్థితిలోని దశలు, నిర్వహించబడినవి. రెండవదియగు సాధనపాదములో యమ నియమాదులను గురించి చక్కగా వివరణ వున్నది. ఈ పాదములో కేవలము యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహారములను గురించి మాత్రమే వివరించబడింది.

ఆంగ్లములో Dr. I. K. Timni గారు రచించిన 'The Science of Yoga' అనే గ్రంథాన్ని ఆధారంచేసుకొని నాకు తెలిసినంతవరకు స్వేచ్ఛానువాదం చేయగలిగినాను. ఈ అనువాదంలో ఆచార్య గోపదేవ్ గారి యోగదర్శనము నాకు ఎంతో సాయపడింది.

ఈ గ్రంథము తెలుగు వారికి ఎంతో వుపకరించ గలదను అభిప్రాయంతో అనువాదం చేసినాను. కాని అనుభవము నా వంతు కాదు. బహుశ; యీ జన్మలో అది లభించదు. మరుజన్మలో లభించిన లభించవచ్చు. దీనికి పరమ గురువుల కృప యెంతేని అవసరము.

పతంజలి మహర్షి కేవలము ఆదిశేషుని అవతారమని ప్రతీతి. వారు శిష్యులకు బోధించునప్పుడు ఒక తెర వేయబడి వుండెడిదట. దాన్ని యెట్టి పరిస్థితులలో తీయరాదు. ఒక శిష్యుడు పొరబాటున ఆ తెరను తొలగించగా ఆదిశేషుని విషాగ్నికి భస్మీకృతుడయ్యెనట. పతంజలి మహర్షి యొక్క చిత్రము అడయారులో భారత సమాజ దేవాలయములో వాయవ్యదిశన వుండు స్తంభముపై మలచబడి యున్నది. అందు ఏడు పడగల శిరస్సులతో మానవ శరీరముగల ఋషిగా పతంజలి మహర్షి చిత్రీకరించబడినాడు.

పతంజలి కాలము క్రీ పూ 10-వ శతాబ్దము అని కొందరు మరి కొందరు 2-వ శతాబ్దము అని అభిప్రాయ పడుతున్నారు. ఈ పతంజలి మహర్షియే పాణిని వ్రాసిన వ్యాకరణ సూత్రములకు వ్యాఖ్యాత అని కొందరు (పదేన వాచా) ఇతడే చరకుడు అని కొందరు (మలం శరీరస్యచ వైద్యకేన) ఈయనే శంకరాచార్యుల వారికి గురువైన గోవింద భగవత్పాదులని మరికొందరు అభిప్రాయ పడుతున్నారు. ఏదెట్లున్నను పతంజలి మహర్షి యోగ సాధకులకు చేసిన సేవ అపూర్వము. ఈ గ్రంథము తెలుగు నాట ఏ కొద్దిమంది సాధకులకు వుపయోగపడినా నా రచన సార్థకత చెందినదిగా భావిస్తాను.

ఈ గ్రంథ రచనకు ప్రధానముగా రెండువేల రూపాయలు విరాళముగా నొసంగిన కర్నూలు కళాసమితి వారికి నా ధన్యవాదములు. బళ్ళారి సన్మార్గ దివ్యజ్ఞాన సమాజ అధ్యక్షులు శ్రీ సతీష్

చంద్ర అగర్వాలాగారు 500 రూపాయలు విరాళముగ యిచ్చి వున్నారు. కల్లూరు పారిశ్రామిక వేత్త శ్రీ కె. రాధాక్రిష్ణయ్యగారు రు. 500/- విరాళము ప్రకటించినారు. వీరికి నా ధన్యవాదములు.

శ్రీ పులిపాటి వెంకటసుబ్బయ్యగారు నాకు దాదాపు 30 సంవత్సరముల సుపరిచితులు, పరిచయమేగాదు, దేహములు వేరైనా ఒకటిగా వ్యవహరించిన సుస్నేహితులము. నా అనారోగ్యము, నా ప్రస్తుత పరిస్థితులు గమనించి, ఈ గ్రంథ ముద్రణము తాము చేయించగలమని ముందుకు వచ్చిన సన్మిత్రులు. వారెన్నో గ్రంథాలను చక్కగా ముద్రింపించగలిగినారు. ఈ గ్రంథానికికూడ ఒక చక్కటి రూపాన్ని ఇప్పించగలరని నా దృఢవిశ్వాసము. వారికి నా అనంత ధన్యవాదములు.

యోగేన చిత్తస్య పదేన వాచాం
మలం శరీరస్య చ వైద్యకేన ।
యోఽపాకరోత్తం ప్రవరం మునీనాం
పతంజలిం ప్రాఞ్జలిరానతోఽస్మి ॥

ఓం తత్ సత్.

కో వెలకుంట్ల,
5—7—90.

పాణ్యం రామనాథశాస్త్రి.

ప్రేమడి

జీవితము క్షణభంగురము, శరీరాలు రోగాల నిలయాలు, విషయాలు చిత్రపశు వాగురాలు. దారితప్పిన జీవితాలకు ప్రపంచమే ఒక ఎడారి. కావున మానవ జీవితమును పొందినది జీవితమును ధన్యము చేసుకొనుట కనునది ప్రతి మానవుడు హృదయముపైన ముద్ర వేసుకొనదగిన విషయము. అట్టి సార్థకతను చూపించునదియే సద్గ్రంథాలు. ఇట్టి సద్గ్రంథాలను, సద్భావాలను సర్వజనులకు బోధించి మార్గనిర్దేశము చేయువారే సజ్జనులు.

ప్రపంచములో మిత్రులులేని వారుండజాలరు. సజ్జనులో దుర్జనులో వారి వారి అభిమతము ప్రకారము స్నేహితులను కలిగి ఉంటారు. దుర్జన స్నేహమును, సజ్జన స్నేహమును వివరించుచు భర్తృహరి ఇట్లు వక్కాణించినారు.

"మృద్ఘట ఇవ సుఖభేద్యో దుస్సంధానశ్చ దుర్జనో భవతి ।
సుజనస్తు కనకఘట ఇవ దుర్భేద్యశ్చాశు సంధేయః ।

అంటే దుర్జన సహవాసము మట్టికుండవంటిది. ఇది సులభముగా పగులుతుంది. అతికించడము అసాధ్యము. సజ్జన స్నేహము బంగారు కుండవంటిది. ఇది సులభముగా పగులదు. ఒకవేళ పగిలినా కరిపించడము తేలిక. అందువలన సజ్జనుల మైత్రి బహుకాలము లేక అనంతకాలమువరకు ఉంటుంది.

బ్రహ్మశ్రీ రామనాథశాస్త్రిగారి మైత్రి బహుకాలము నాటిది. నాకు వారి స్నేహము "కనకఘట ఇవ" వంటిది. నేను కోవెలకుంట్లలో 1950 నుండి 57 వరకున్నాను హైస్కూలులో హిందీ పండిట్ గా, ఆ సమయములో శ్రీ శాస్త్రిగారితో వారి ఇంటికి వెళ్ళి పరిచయము చేసుకున్నాను. ఆనాటినుండి ఈనాటివరకు మాలో

ప్రేమార్ద్రతలు తరుగకుండా ఉన్నవి. ఆ దినాలలో వారి స్నేహము నా ఉన్నతికెంతో తోడ్పడినది. నా ఆధ్యాత్మ మార్గోన్నతికి గాని, సామాజిక గౌరవాభ్యుదయానికిగాని, ముఖ్యముగా మానసిక శాంతికి, ఆత్మ నిర్భరతకు దోహదము కలిగించినది. ఇద్దరము కలిసి పర్యటన చేయువారము. ఒకరి లోటుపాట్లు నింకొకరు ప్రేమభావముతో చర్చించుకొని శ్రేయోమార్గాభిముఖులగు చుండెడివారము. ఆ విషయాల నన్నిటిని ఇచ్చట కృతజ్ఞతతో స్మరించుచున్నాను.

వీరి సతీమణి శ్రీమతి శాంతమ్మగారు. వారు నిజముగా శాంత స్వరూపులే. సార్థక నామధేయులు. వీరి దాంపత్య మాదర్శవంత మైనది. శ్రీ శాస్త్రిగారు ప్రస్తుతము అనారోగ్యముగానున్నారు. పాతంజల యోగసూత్రములకు డా॥ కె తైమినిగారు ఇంగ్లీషులో వ్యాఖ్య వ్రాసినారు. దానిని శ్రీ శాస్త్రిగారు చక్కగ తెనిగించినారు. వారు "ప్రవేశిక" లో తెలిపినట్లు ఈ గ్రంథములో నాలుగు పాదాలున్నవి. సమాధిపాదము, సాధనపాదము, విభూతిపాదము, కైవల్యపాదము అని వాటిపేర్లు. అయితే ఇందులో రెండు పాదములు మాత్రమే ముద్రింపబడినవి. తరువాత మరల రెండు పాదములు శ్రీ శాస్త్రిగారు వ్రాస్తే అది రెండవభాగముగ ముద్రింపబడుతుంది. దీని ముద్రణకు కాలమును నిర్ణయించలేము. అంతా ఈశ్వరేచ్ఛ. వీరింతకు ముందు "సాధన శోధన", "రామానుజుల చరిత్ర" "దివ్యజ్ఞాన సమాజము" మొదలగు ప్రసిద్ధ గ్రంథములను వ్రాసినారు. గ్రంథములు కావలసిన వారు వారి అడ్రసుకు వ్రాసి వివరములు తెలుసుకొనగలరు.

శ్రీ శాస్త్రిగారి అనారోగ్య పరిస్థితి కారణముగ వారు గ్రంథమును ముద్రించుకొమ్మని నాకు సర్వహక్కులతో సమర్పించుకున్నారు. దానిని నేను ముద్రించుచున్నాను. నేను కూడ ఇంతకు ముందు ఈ క్రింది గ్రంథములను ముద్రించినాను.

1. భాగవత రహస్యోపన్యాసములు మొదటి భాగము రు. 45/-
2. భాగవత రహస్యోపన్యాసములు రెండవ భాగము రు. 50/-
3. అపరోక్షానుభూతి రు. 35/-
4. జీవయాత్ర రు. 5/-
5. ధన్యపథము రు. 5/-
6. ధ్యానమార్గము పంచసోపానము వివరణము రు 8/-
7. నమస్కారము రు. 3/-
8. యావజ్జీవం సుఖం భవేత్ రు. 3/-
9. సంధ్యావందనము (సంకలనము) రు. 1-50
10. జీవయాత్ర - (హిందీ అనువాదము) రు. 4/-

ప్రస్తుతము "త్రిపురా రహస్యము" అను గ్రంథము తెనుగున ముద్రణ కానున్నది. ఇదిగాక "భాగవత రహస్యోపన్యాసములు మూడవ భాగము" కూడ వ్రాయుట ప్రారంభింపడినది. "త్రిపుర రహస్యము"ను ఇచ్చట వరంగల్ లో అయిదు మాసములు ప్రవచన రూపముగా భక్తులకు వినిపించితిని. వారు దానిని విని "అపారమైన జ్ఞానభాండాగారములు దీనిలో దత్తాత్రేయ స్వాములవారు పరశురామునికి వినిపించినారు. మొదట దీనిని తెనిగించి మాకందించండి. భాగవత రహస్యోపన్యాసములు మూడవ భాగము తరువాత ముద్రింపించండి" అని కోరిరి. వారి కోరిక ప్రకారం ముందు త్రిపురా రహస్యమును వ్రాయుచున్నాను. కొలది దినాలలోనే ఆ గ్రంథము ముద్రితమై పాఠకుల కందింపబడుతుంది. అంతా భగవదనుగ్రహము.

పులిపాటి వేంకటసుబ్బయ్య.

ఓమ్

శ్రీ పాతంజల
యోగదర్శనము



శ్లో॥ యోగేన చిత్తస్య పదేన వాచాం
మలం శరీరస్య చ వైద్యకేన ।
యోఽపాకరోత్తం ప్రవరం మునీనాం
పతఞ్జలిం ప్రాఞ్జలిరానతోఽస్మి ॥

ఉపోద్ఘాతము

భారతీయ సాంప్రదాయములో ఆత్మవిచారము గావించుటకు ఆరు దర్శన గ్రంథాలు కలవు. ఇవి 'షడ్దర్శనములు' అని ప్రఖ్యాతి గాంచినవి. ప్రాచీనకాలమునుండి మహర్షులు సత్యాన్వేషణలో గావించబడిన మార్గములు ఆ యా ఋషులు క్రమబద్ధము గావించి, దర్శనములని సూత్రరూపముగ ప్రపంచమున కందజేసిరి. అవి ఈ క్రింద వివరింపబడినవి.

	ఋషి	దర్శనము	గ్రంథము పేరు
1.	గౌతముడు	న్యాయ	న్యాయసూత్రములు
2.	కాణాదుడు	వైశేషిక	వైశేషిక సూత్రములు
3.	కపిలుడు	సాంఖ్య	సాంఖ్య సూత్రములు
4.	పతంజలి	యోగ	యోగ సూత్రములు
5.	జైమిని	పూర్వమీమాంస	పూర్వమీమాంస సూత్రములు
6.	బాదరాయణ	ఉత్తరమీమాంస (వేదాంత)	బ్రహ్మ సూత్రములు

సూత్రము:- సూత్రము అనుపదము ఈ విధముగ నిర్వచించబడినది,

శ్లో॥ అల్పాక్షర మసందిగ్ధం సారవ ద్విశ్వతో ముఖం।
అస్తోక మనవద్యం చ సూత్రం సూత్రవిదో విదుః॥

తాత్పర్యము:- కొలది అక్షరములు కలదియు, సందేహరహిత మైనదియు, సారవంతమైనదియు, నిరర్థకములు వ్యర్థపదములు లేనిదియు, దోషరహితమైనది, సూత్రము అని, సూత్రముల నిర్వచనము.

సూత్రమనగా దారము. మణులను ఒక సూత్రములో బంధించి, నియమానుసారముగ చేర్చియుంచు రీతిగ అపూర్వములు నిగూఢములైన విషయములను కొద్ది మాటలలో, వ్యర్థపదములు లేక పొందుపరచు విధానము 'సూత్రీకరణము' అని చెప్పవచ్చును. అచ్చు యంత్రములు లేని దినములలో, అపూర్వములైన విషయములను చిన్నచిన్న వాక్యములలో కంఠస్థము చేయుటకు అనుకూలముగ, సూత్రీకరించి, విద్యార్థులచే కంఠస్థము చేయించి, పరంపరగా జ్ఞానమును మనకు మహర్షులు సంప్రాప్తింపజేసిరి. ఈ సూత్రములను శిష్యులకు విశదీకరించిరి.

సూత్రకారులగు మహర్షులు ద్రష్టలు. వారు తాము పొందిన జ్ఞానమును అనుభవమునకు తెచ్చుకొని, ఆ భావమునంతను సూత్రీకరించి, శిష్య పరం పరకు చక్కగా బోధజేసి, వారిని తమంత వారిగ తీర్చి దిద్దుచుండిరి. ఆశ్రమములలోని ప్రకృతి సౌందర్యము ప్రశాంత వాతావరణము, ధ్యానాధ్యయనముల కెంతో అనుకూలించు చుండెడిది. వారి జీవనపద్ధతి అత్యంతసరళమైనది. ఆశ్రమములు, గురుకులములు, మహారాజులచే పోషించబడుచుండెను. అధ్యయనమున కెట్టి అంతరాయములేకుండ నిర్వహించబడుచుండెను. గురు

వుల వ్యాఖ్యానమును శిష్యులు అత్యంత శ్రద్ధతో మననము చేయు చుండిరి. కాని నేడట్టి బోధకులు ఆశ్రమములు కరువైనవి. ఆ కారణముచే సూత్రములు వ్యాఖ్యానము లేక సుబోధితములగుట లేదు. సంస్కృత భాషను తెలిసిన పండితులు ఆ సూత్రములను చక్కగ అధ్యయనము గావించి, ఆ విషయములను ఆయా భాషలలో చక్కగ వ్యాఖ్యానము చేసియున్నారు. సంస్కృతాంగ్ల భాషలో ఉద్దండులైన శ్రీ ఆచార్య ఇక్బాల్ కృష్ణ తైమినిగారు పతంజలి యోగ సూత్రములకు అత్యంత సులభశైలిలో ఆంగ్లమున ప్రతిపదార్థము, తాత్పర్యము, వ్యాఖ్యానము రచించిరి. వారి వాఖ్యానమును ఆధారము చేసుకొని, పండిత గోపదేవుగారు తెలుగులో రచించిన 'యోగ దర్శనము' అను ఉద్గ్రంధముయొక్క సహాయములో, ఈ గ్రంధము రచించబడినది. ద్రష్టలైన ఋషుల భావములను ఒక భాష నుండి మరియొక భాషలోనికి అనువదించుటలో, వారి భావములను వ్యక్త పరచుట కష్ట సాధ్యము. కాని దర్శనకారుని అత్యంత సుసూక్ష్మములు సశాస్త్రీయములైన భావములను తెలిసికొని, ఇతరులకు తెలియజేయవలెననెడి ఉత్సాహమే ఈ రచనను ప్రోత్సహించినది. ఆచార్య తైమ్నిగారి వ్యాఖ్యానము ఆంధ్ర సోదరులు చక్కగ అవగతము చేసుకొని ధన్యులు కాగలరని ఆశిస్తూన్నాను.

పతంజలి

పతంజలి మహర్షి చే సూత్రీకరించబడిన దర్శనము, యోగము, పతంజలి అనే పేరు సంస్కృత గ్రంథాల్లో అక్కడక్కడ అగుపడుతుంది. బృహదారణ్యక ఉపనిషత్తులో, కపి గోత్రీకుడైన పతంజలి పేరు ఉటంకించబడింది. మహాభాష్యకారుడైన పతంజలి కాశ్మీరములోని 'గోనార్ద' అను ప్రదేశములో జన్మించెననియు, అతని తల్లి పేరు 'గోనిక' అనియు తన్ను తాను వర్ణించుకొనెను. పరిశోధనలను బట్టి

పతంజలి క్రీస్తుకు పూర్వము 10-వ శతాబ్దములో జన్మించి యుండ వచ్చునని కొందరి అభిప్రాయము. కాని పాశ్చాత్య పరిశోధకులు అతని కాలము క్రీ॥ పూ॥ 250 నుండి 60 సంవత్సరముల మధ్య వుండ వచ్చునని అభిప్రాయ పడుచున్నారు. పతంజలి జీవించి యుండిన కాలమును గురించి అభిప్రాయ భేదములున్నను, పాణిని సూత్రములకు భాష్యము రచించిన పతంజలి మహర్షియే, యోగదర్శన కారుడని చెప్పుటకు యోగ సూత్రములో ప్రార్థనాశ్లోకములోని మొదటి చరణము "యోగేన చిత్తస్య పదేన వాచాం" సుస్పష్టం చేస్తుంది.

పతంజలి మహర్షి ఆదిశేషుని అవతారమని శాస్త్రజ్ఞుల భావము. "హిరణ్యగర్భో యోగస్య, వక్తానాన్యః పురాతనః" అను యాజ్ఞవల్క్యస్మృతి వాక్యము చేతను, యోగదర్శన ప్రథమ సూత్రము 'అథ యోగాను శాసనం' అను సూత్రములో యోగ పదము ఉపయోగించబడి యుండుటచేతను, ఇది "యోగసూత్రము" అని ప్రఖ్యాతమైనది. ఆదిలో హిరణ్యగర్భుడు రచించెననియు, దానిని మరింత సులభశైలిలో పతంజలి సంగ్రహ పరచెనని, కొందరి అభిప్రాయము. మరికొందరు ఆదిశంకరుల గురువైన గోవింద యోగియే, పతంజలి అని అభిప్రాయపడుచున్నారు.



పాతంజలి యోగ సూత్రములు

సమాధి పాదము

సూత్రము 1 అథ యోగాను శాసనమ్.

ప్రతిపదార్థము — అథ = ఇపుడు, యోగ = యోగముయొక్క అను శాసనమ్ = సమాధి శాస్త్రము. (ప్రారంభించబడుచున్నది)

తాత్పర్యము — సమాధి శాస్త్రము ఇపుడు ప్రారంభించబడు చున్నది.

వ్యాఖ్యానము:— 'అథ' శబ్దముతో యోగసూత్రము లేక వైశే షిక, సాంఖ్య దర్శనములు, బ్రహ్మ సూత్రములు ప్రారం భించబడినవి.

వైశేషికము - అథాతో ధర్మం వ్యాఖ్యాస్యామః.

సాంఖ్యము - అథ త్రివిధ దుఃఖాత్యంత, నివృత్తి రత్యంత పురుషార్థః

బ్రహ్మసూత్రము - అథాతో బ్రహ్మజిజ్ఞాసా.

సంస్కృత భాషలో అథ శబ్దము, అనంతరము, ప్రారంభము, మంగళము మున్నగు అర్థములతో, ఉపయోగించబడుచున్నది. అథ శబ్దము, అధికారమును తెలుపును. అధికారమన, ప్రారంభము. 'అథ' శబ్దము శిష్యులు కోరిన తరువాత అను అర్థముతో ప్రయోగించ బడినది అనిగూడ భావించవచ్చును.

యోగము అనగా సమాధి అని వ్యాఖ్యానకర్తలు నుడువు చున్నారు. "యుజ్ సమాధౌ" అను క్రియచే యోగము అను

పదము యేర్పడినది. సమాధి యననేమో, దానిని పొందు ఉపాయము ఏదో ప్రయోజనమేమో తెలుపు విధానము, అనుశాసనము - శాస్త్రమనబడును.

యోగలక్షణము, యోగమునకుపాయములు, యోగ ప్రయోజనాదులు వివరముగ తెలుపుచు, ఋషి ప్రారంభించినాడని భావము.

—oo✻oo—

సూ॥ 2 యోగశ్చిత్త వృత్తి నిరోధః

ప్రతిపదార్థము :- యోగః = యోగము, చిత్త = చిత్తముయొక్క, వృత్తిః = వృత్తులను, నిరోధః = నిరోధించుట,

తాత్పర్యము :- యోగమనగా చిత్తవృత్తులను నిరోధించుట,

వివరణ:-

ఈ సూత్రము అత్యంతముఖ్యమైనది. ఈ సూత్రము లో (1) యోగము, (2) చిత్తము, (3) వృత్తులు, (4) నిరోధము అను నాల్గు పదము లున్నవి. ఈ పదములలో ఒక్కొక్క దానిని గురించి తెలిసికొనుటకు ప్రయత్నింతము.

1. యోగము:—

యోగము అనే పదము మొదటి సూత్రములో సమాధి అనే అర్థములో ప్రయోగించబడింది. ఈ పదమునకు మరియొక వ్యుత్పత్త్యర్థము కూడ కలదు. 'యుజ్' అనే ధాతువుకు 'కలుపుట' అనే అర్థం కూడ వుంది. కలుపుట, సంయోగము అనునపుడు రెండు విభిన్న విషయములను సంయోగపరచుట జరుగవలయును. ఈ సంయోగ పరచవలసిన విషయములు జీవాత్మ, పరమాత్మలు. జీవాత్మ పరమాత్మల సంయోగపరచు ప్రక్రియ యోగము. జీవాత్మ ప్రకృతిలో పరమాత్మయొక్క ప్రతిబింబము. ఈ రెండు వేరు వేరను భావమునకు కారణము అజ్ఞానము లేక అవిద్య. పరిణామములో అవిద్య

క్షీణించుచు రాగా, బింబ ప్రతిబింబములుగా భావించబడే జీవాత్మ పరమాత్మలు వేరుకావను జ్ఞానము కలుగును.

పరిణామములో భగవదంశ వివిధ ద్రవ్యములలో ప్రవేశించి, ప్రకృతిలో చిక్కుపడినపుడు, తాను, పరమాత్మ వేరనుభావము కలుగును. ప్రకృతిలో తాదాత్మ్యము చెందుటే అవిద్య. ఈ అవిద్యావరణము తొలగుటచే భేదభావ నిరసనము లభించును. ఈ అవిద్యావరణమును తొలగించు ప్రక్రియయే యోగసాధన, వివిధములగు ప్రకృతి నిర్మితములైన కోశముల అంతరాయమును అధిగమించి, తుదకు తాను (జీవాత్మ) పరమాత్మ ఒకటేయని తెలిసికొనుట, పతంజలి యోగదర్శనము యొక్క పరమావధి. ఈ పరమ లక్ష్యమును పతంజలి 'కైవల్యము' అని అభివర్ణించెను.

2. చిత్తము:—

పరమాత్మ సత్, చిత్, ఆనంద స్వరూపుడు. తన 'సత్' శక్తిచే వివిధ సాంద్రతగల ద్రవ్యములను రూపొందించెను. ఇవియే వివిధ లోకములు (ఆది, అనుపాదక, ఆత్మ, బుద్ధి, మన, కామ భూలోకములు భారతీయ సాంప్రదాయములో ఇవి సత్య, తప, జన, మహ, సువ, భువ; భూలోకములుగా పేర్కొనబడినవి). ఆదిలో, ఈ లోకముల పదార్థము జడముగ నుండెను. ఈ లోకములలోనికి పరమాత్మ తన 'చిత్' శక్తిని ప్రవేశింప జేయుటచే వివిధ లోకములలోని జడముగ నుండెడి ద్రవ్యము చైతన్య వంతమయ్యెను. ఈ వివిధ సాంద్రతగల అన్ని లోకములకు సంబంధించిన చైతన్యవంతమైన పదార్థము చిత్ పదార్థమే. కాని, యోగదర్శనములో, మనో లోకములోని, అశుద్ధ భాగములోని పదార్థము 'చిత్' పదార్థమని వ్యవహరించబడుచున్నది.

జీవుడు అశుద్ధ మనో ద్రవ్యములోను, కామ లోక ద్రవ్యముతోను, భూలోక ద్రవ్యముతో ఉపాధులను నిర్మించుకొని, భూలోక

ములో జీవించుచున్నాడు. జీవుడు తన పూర్వజన్మ కర్మలవలన పొందిన సంస్కారమును పురస్కరించుకొని సమిష్టి మనోమయ లోకములోని ద్రవ్యమును సేకరించి, మనోమయ శరీరాన్ని నిర్మించుకొనెను. ఈ ద్రవ్యముయొక్క స్వభావము చాంచల్యత, ఈ చంచల స్వభావముగల చిత్ పదార్థమును జీవుడు తన ఇచ్ఛాశక్తిచే ఒక రూపముగా నుండునట్లు చేసెను ఇదెట్లు సాధ్యమో మన స్థూల దేహ నిర్మాణ పద్ధతిని తెలిసికొనిన, విదితమగును. మన స్థూల దేహము లోని కణములు (cells) ఎపుడును అతివేగముతో సంచలనము చెందుచుండును. కాని ప్రకృతి, ఈ కదలుచున్న అణువులను ఒక రూపమొసంగ స్థిరత్వము కలిగించినది. ఈ విధముగనే, అస్థిరము లగు మనోమయ సూక్ష్మాణువులను జీవుడు తన శక్తిచేత సమ్మిళిత పరచి, దానికొక రూపమునిచ్చి, దానిని తన ఉపాధులలో నొక్కటిగ చేసుకొనగలిగినాడు. ఇట్లు రూపొందించబడిన ఉపాధులలో, అశుద్ధమానసిక శరీరము ఒకటి. దీనిని దివ్యజ్ఞాన పరిభాషలో Lower mind అంటారు. ఈ అశుద్ధ మనోమయ కోశములోని అన్ని అంతస్తులు 'చిత్తము' అని వ్యవహరించబడుతూన్నాయి. ఈ మనోమయ కోశమును జీవుడు తన వ్యవహారములో ఉపయోగించబడినపుడు 'మనసు' అని చెప్పబడుచున్నది.

(P. 15 Science of Yoga)

ఇంతకు 'చిత్తము'నకు ఇదమిత్థమైన నిర్వచనము యోగ సూత్రములలో ఎక్కడ ఇవ్వబడలేదు. యోగసూత్రములలో నాల్గవ భాగమైన కైవల్యపాదములో చూచాయగా, చిత్తము యొక్క స్వభావమును గురించి ఉటంకించబడింది (21, 22, 23 సూత్రములు-కైవల్యపాదము) (Section IV gives some general indications with regard to Chitta, but it does not say, what Chitta essentially, - is - P. 8. Science of Yoga)

చిత్తము మనోమయ ద్రవ్యముతో నిర్మించబడిన ఒక తెర వంటిది. జీవుడు, దీనిని ప్రభావితము చేయును. జీవుని చిత్ శక్తిచే ప్రభావితమైన చిత్తము అను తెరపై, ఇంద్రియముల ద్వారా ప్రతిఫలించబడిన బాహ్య విషయ స్పందములు వివిధ రూపములుగా చిత్తముపై బడుటచే, జీవుని కారూపములు, ఎరుకయగును. ఈ చిత్తము అనెడి తెర ఎట్టి కదలిక లేక నిశ్చలమై, నిర్మలమైనపుడు, అందు ప్రతిబింబించిన బాహ్యవిషయరూపములు, జీవుడు యథాతథముగా, తెలిసికొనును. కాని, ఈ తెర పూర్వజన్మ సంస్కారముల చేత కలుషితమై, సంచలన మొందుచుండిన, ఆ తెరపై బడిన ప్రతిబింబములు అస్పష్టములై, వక్రములై, జీవుని కెరుక యగును. ఉన్నదొకటి జీవుడు తెలిసికొన్నది మరొకటి!

౨. వృత్తులు.

'వృత్' అను ధాతువునుండి 'వృత్తి' అను పదము ఏర్పడింది. 'వృత్' అనగా వుండుట (To exist) ఉండుటను తెలిసికొనవలసిన, అది మార్పులు పొందునా, ఎట్టి స్థితిలో నుండెను; అని గూడ విచారించ నగును. ఇక్కడ Modifications (మార్పులు) అను భావముతో ఈ పదము ఉపయోగించబడినది. 'చిత్తవృత్తి' అనగా, చిత్తము ఉండెడి స్థితి. బాహ్యవిషయ స్పందముల వలన చిత్తములో మార్పులు కలుగును. కాని చిత్తవృత్తులు, స్పందములు కావు. గాలి వలన నీటిలో అలలు కలుగును. కాని అల గాలికాదు. చిత్తవృత్తులు మనసులో ఏర్పడు ప్రతిబింబములు కావు. (Chitta vritti is not a mental image though it may be generally associated with mental images) కాని మనసులోని ప్రతిబింబములతో సంబంధము కలిగియుండును. బాహ్య విషయ ప్రతిబింబము వలన చిత్తములో ఏర్పడు మార్పులు, చిత్తవృత్తులనబడును.

చిత్తములో కలుగు వృత్తులు లెక్కింప సాధ్యము కాదు. కాని సూత్రకారుడు ముఖ్యమైన వృత్తులను (1) ప్రమాణ (2) విపర్యయ

(3) వికల్ప (4) నిద్ర (5) స్మృతి అని ఐదుగా పేర్కొనినారు. అంతమాత్రమే గాక, ఇవి క్లిష్టములు (Painful) అక్లిష్టములని (Not Painful) అని రెండు తెగలుగా విభజించినారు. ఇవి 5, 6, 7, 8, 9, 10 సూత్రములలో వివరించబడినవి.

4. నిరోధము.

'నిరుద్ధం' అను పదము, నిరోధ అను పదమునకు మాతృక' నిరోధము మూడు విధములుగ వివరించనగును. నిరుద్ధము అనగా control నియంత్రణ అను అర్థములో వాడవచ్చును. ఒక నది దాని యిచ్ఛ వచ్చినట్లు ప్రవహించకుండ ఒక నియమిత విధానములో ప్రవహించునట్లు నియంత్రించుట ప్రథమదశ రెండవదశ ఈప్రవాహ మును ఆనకట్ట కట్టి అడ్డగించుట వంటిది. ఈ దశను శాసించుట (ordering) అనవచ్చును. ఇక మూడవ దశలో నీటి ప్రవాహ మును స్తంభింపజేయుట. ఈ నిరోధములోని ప్రథమదశ ప్రత్యా హారము, రెండవదశ ధారణ, ధ్యానము; మూడవదశ సమాధిస్థితి. ఈ మూడు దశలలో చిత్తవృత్తులను నిరోధించ వచ్చును.

సూ॥ 3. తదా ద్రష్టుః స్వరూపే అవస్థానం।

అ॥ తదా = పిదప, (చిత్తవృత్తులు నిరోధించిన తరువాత) ద్రష్టుః = ద్రష్టుః = ద్రష్ట యగు పురుషుడు, స్వరూపే = స్వస్వరూప ములో అవస్థానం = నెలకొని యుండును.

తా॥ చిత్తవృత్తుల నిరోధించుటచే, ద్రష్టయగు పురుషుడు జగద్రిష్టమైన పరమాత్మయందు నెలకొనును ద్రష్టయగు పురుషుని స్వస్వరూపము పరమాత్మ. మాయచే ఈ స్థితి మరుగుపడినది. చిత్త వృత్తి నిరోధము ద్వారా, ద్రష్ట స్వస్వరూప, జ్ఞానమును పొంది అందు నెలకొనును. 'ఇదియే స్వస్వరూపే అవస్థానం"గా సూత్ర ములో చెప్పబడినది.

వ్యాఖ్యానము॥ సూత్రమున నున్న 'ద్రష్టుః' అనుపదమును రెండుమార్లు చెప్పుకొని, అందొకటి జీవాత్మపరముగను, మరియొకటి పరమాత్మ పరముగను చెప్పుకొనిన, భావము మరింత సులభముగ వ్యక్తమగును. అపుడు సూత్రమును "తదాద్రష్టుః, ద్రష్టుస్స్వరూపే, అవస్థానం" అని చదవవలసియుండును

ఈ సూత్రములో చెప్పబడిన 'స్వరూపే అవస్థానం' అను సత్యము కేవలము అనుభవైక వేద్యము. ఈ విషయము 44, 45 సూత్రములలో వివరించబడినది.

పురుషుడు స్వతః శుద్ధ స్ఫటికమువలె నిర్మలుడు. స్ఫటికము సమీపములో ఏ రంగు వస్తువు పెట్టినను స్ఫటికము ఆ రంగు కలదిగ గోచరించును. దాని దగ్గర ఉంచబడిన రంగురంగుల విషయములే వివిధములగు వృత్తులు. ఈ రంగు వస్తువులను తొలగించిన వెంటనే స్ఫటికము దాని స్వస్వరూపమును పొందును. వృత్తులు నిరోధించబడినపుడు ద్రష్ట దృశ్యము ఒకటగును. ఇట్టి పరిస్థితిలో ద్రష్ట స్వస్వరూపమును పొందినవాడగును.

సూ॥ 4. వృత్తి సారూప్య మితరత్ర।

అ॥ ఇతరత్ర = చిత్తవృత్తులతో కూడియుండు సమయమున, వృత్తి సారూప్యం = వృత్తులతో సమానమైన రూపమును పొంది యుండును.

తా॥ చిత్తవృత్తులతో గూడియున్న పురుషుడు (జీవుడు) ఆ వృత్తుల సమానమైన రూపమును కలిగియుండును.

వివరణ॥ స్వభావతః పురుషుడు నిర్మలుడు, కాని వృత్తుల ప్రభావముచేత, చిత్తవృత్తుల రూపమును పొందును. అతని స్వస్వరూపము మరుగు పడును. ఈ విషయమున ఒక ఉదాహరణచే సువ్యక్తము చేసికొనుటకు ప్రయత్నింతము. ఒక కొలను మధ్యన నీటిలో ఒక విద్యుద్దీపము పెట్టిన, స్వచ్ఛము నిశ్చలమైన, ఆ నీటిలో

ఆ దీపము చక్కగ కాంతివంతముగా అగుపించును. ఆ కొలనులో ఒక యంత్రము నుంచి, నీటిని మథించిన, అందులో ఎన్నో అలలు యేర్పడును. ఆ దీపము కాంతి, అలలపై పడి అలలరూపము ధరించును. విపరీతమగు సంచలనముచే, దీపము అదృశ్యమైనది. యంత్రము పనిచేయుట మానినపుడు, అలలు ఉపశమించి, నీరు నిశ్చలము కాగా, నీటిలోనున్న దీపము స్వప్రకాశములో గోచరించును.

జీవుడు దీపము. మనసు కొలను వంటిది. వృత్తులు అందులోని అలలువంటివి. ఈ దీపము మనసుచే ఆవరింపబడినది. మనసు బాహ్య విషయ సంసర్గము వలన, వృత్తులు కలుగును. ఆ వృత్తుల ప్రభావముచే జీవుడు మరుగుపడినాడు. ఈ వృత్తులు ఉపశమించగా, జీవుడు అలలులేని నిర్మలమైన నీటిలోని విద్యుద్దీపము వలె ప్రకాశించును.

సూ॥ 5. వృత్తయః పంచతయ్యః, క్లిష్టాః, అక్లిష్టాః।

అ॥ వృత్తయః = వృత్తులు, పంచతయ్యః = అయిదు విధములు (మరియు అవి) క్లిష్టాః = బాధాకరములు, అక్లిష్టాః = బాధాకరములు కానివి.

తా॥ వృత్తులు బాధాకరములు, బాధాకరములు కానివి, ఈ వృత్తులు అయిదు విధములు. అవి ఆరవ సూత్రములో వివరింపబడినవి.

వివరణ॥ వృత్తులు బాధాకరములు, బాధాకరములు కానివని రెండు విభాగములుగా పేర్కొన బడినవి. మరల అవి అయిదు విధములని చెప్పబడినవి కష్టములు కలిగించు వృత్తులు క్లిష్టములు. సాత్త్విక వృత్తులు కష్టములు కలిగించనివి. జీవితములో నూటికి 90 పాళ్ళు వృత్తులు కష్టమునుగాని సుఖమునుగాని కలిగించవు. సుఖ

మును కల్గించు వృత్తులు పరిణామములో దుఃఖమును పొందజేయును. కాబట్టి సూత్రకారుడు వృత్తులు సుఖము, దుఃఖములని విభజించక, అవి దుఃఖమును కల్గించునవి, దుఃఖమును కల్గించనిదని సూత్రకారుని అభిప్రాయము

వీధిలో నడుచుచున్నపుడు మనకు ఎన్నియో విషయములు గోచరించును. ఒక చెట్టు, ఒక పశువు మొదలైనవి. అవి కూడ మనసులో వృత్తులను కలుగజేయును. అవి సుఖ దుఃఖములకు సంబంధించినవి కావు. ఇవి తటస్థములు (Newtral) కనుక ఇట్టి వృత్తులు అక్లిష్టములుగ వర్ణించబడినవి.

ఇంద్రియముల ద్వారా పొందెడి సుఖములు దుఃఖకారణములు. జిహ్వేంద్రియమునకు సుఖానుభవము కల్గించిన పదార్థములను అతిగ భుజించిన అజీర్ణము కలుగును. అందువలన వ్యాధి సంభవించ వచ్చును, ఇట్లే ప్రతి ఇంద్రియముచే పొందిన సుఖములు, పరిణామములో దుఃఖములను కలుగజేయును. ఈ కారణముచే సూత్రకారుడు వృత్తులను సుఖ దుఃఖములనిగాక, దుఃఖములు, దుఃఖములు కల్గించనివని రెండు విభాగములుగా విభజించుట యెంతో అర్థవంతముగ నున్నది.

సూ॥ 6. ప్రమాణ విపర్యయ వికల్ప నిద్రా స్మృతయః॥

ఈ వృత్తులు ప్రమాణ, విపర్యయ, వికల్ప, నిద్ర, స్మృతి

వి॥ ప్రమాణము (Right Knowledge) విపర్యయము (wrong knowledge) ఈ రెండు వృత్తులు బాహ్య విషయ సంసర్గము వలన కలిగినది.

వికల్ప (Fancy) స్మృతి (Memory) అను ఈ రెండు వృత్తులు విషయ సంసర్గము వలన కలుగవు. ఇవి మనసు ప్రభావములచే ఉత్పన్నమైనవి. పూర్వానుభవములను పురస్కరించుట వలన కలిగినవి.

ఒక కథను చదువు చుందుము. అందలి కథావస్తువు చిత్తములో సంచలనము కలిగించును. ఇవి వూహించుటవలన పొందినవి 'వికల్ప' కక్ష్యకు చెందినవి. అటులనే గతములో పొందిన అనుభవము స్మరించుటవలన చిత్తములో వృత్తులు కలుగును. ఇట్టి వృత్తులు 'స్మృతి' కక్ష్యకు సంబంధించినవి. ఈ పై వృత్తులపై ఇచ్ఛాశక్తి (will power) ప్రభావము కలదు. కాని 5–వ వృత్తియైన, నిద్రలో వ్యక్తియొక్క ప్రమేయ మేమియు లేదు.

ఈ వృత్తులన్నియు అశుద్ధ మనసుకు సంబంధించినవి మాత్రమే. శుద్ధమనసు, విజ్ఞానమయ శరీరములో గూడ వృత్తులు కలుగును. కాని అవి సమాధి స్థితిలో నున్నపుడే తెలియబడును. ప్రకృతము మన శోధన కేవలము అశుద్ధమనసును గురించియే. అశుద్ధ మనసులో కలిగెడి వృత్తులను నిరోధించుటయే యోగదర్శనము యొక్క లక్ష్యము.

సూ॥ 7. ప్రత్యక్షానుమానాగమాః ప్రమాణాని।

ప్రతిపదార్థము:- ప్రత్యక్ష = ఇంద్రియములతో తెలిసికొనుట; అనుమాన = కార్యమునుబట్టి కారణమును వూహించుట; ఆగమాః = ఇతరులవలన తెలియబడునది; ఈ మూడు, ప్రమాణాని = ప్రమాణ మను వృత్తికి సంబంధించినది.

తాత్పర్యము:- ప్రత్యక్ష, అనుమాన, ఆగమము అని, ప్రమాణ మను వృత్తి మూడు విధములు.

వివరణ :-

1. ప్రమాణము:- "ప్రమ" అనగా జ్ఞానము, జ్ఞానమును పొందజేయు సాధనము ప్రమాణము. ఇంద్రియములు జ్ఞాన సాధనములు. కనుక ఇంద్రియములచే పొందు జ్ఞానము ప్రమాణము అని

చెప్పబడుచున్నది. "ప్రత్యక్షము" అనగా కన్నెదుట గోచరమగుట, ఇంద్రియములతో నేరుగా (Direct) తెలిసికొనుట ఈ ప్రత్యక్ష ప్రమాణ లక్షణము.

2. అనుమానము:- కార్య కారణములను, బేరీజు చేసి, జ్ఞానమును పొందుట, విషయములను తెలిసికొనుట. ఉదాహరణము, పొగ దూరముగ కన్పించినది. నిప్పు లేనిది పొగ వుండదు. కనుక పొగ 'కార్యము', నిప్పు కారణము. కార్యమును అనుసరించి కారణ ముండును గాన, ఆ కారణమును తర్కించి తెలిసికొనుట అనుమాన ప్రమాణముయొక్క లక్షణము.

3. ఆగమ:- ఆప్తునిచే తెలిసికొనబడి, ఆతనినుండి జ్ఞానమును పొందు ప్రక్రియ ఆగమ ప్రమాణము. తాను స్వయముగా గాని, కార్య కారణముల పురస్కరించిగాని, తెలియని విషయములను, ఇతరుల ద్వారా తెలిసికొని, వాటి సత్యమును నిర్ధారణ చేయవచ్చును. ఋషులు, పెద్దలు, మన మేలు కోరువారు శీల సంపన్నులు, వేద శాస్త్రములు చెప్పు సత్యములు - ఆగమ ప్రమాణము లనబడును. దీనిని శబ్దప్రమాణమనికూడ అందురు. ఆప్త వాక్యము అనికూడ అందురు.

సూ॥ 8. విపర్యయో మిథ్యాజ్ఞాన మతద్రూపప్రతిష్ఠం ।

ప్రతిపదార్థము:- అతద్రూపప్రతిష్ఠం = విపర్యయము (Wrong Knowledge) అతద్ = అది కాని, రూప = రూపమును, ప్రతిష్ఠం= నెలకొలుపు, మిథ్యాజ్ఞానం = అట్టిది కాని దానియందు అట్టిది యను తెలియబడు భ్రాంతి రూపమైన - వృత్తి - విపర్యయ మనబడును.

సర్పము కాని దానిని సర్పమనియు, వెండికాని దానిని వెండి యనియు, రత్నము కాని గాజుపెంకును రత్నమని భావించుట విపర్యయమను వృత్తివలన కలుగు భ్రాంతియుతమైన భావము దీనినే

Wrong Knowledge అని చెప్పవచ్చును. Wrong knowledge is a false conception at a thing. Whose real form does not correspond to such conception.

మసక చీకటిలో ఒక వస్తువును మరియొక వస్తువని భ్రమించుట విపర్యయము కాదు.

వికల్పము (Fancy)

సూ॥ 9. శబ్ద జ్ఞానానుపాతీ వస్తు శూన్యో వికల్పః।

వస్తు శూన్యః = వస్తువు లేని (నిర్విషయకమైన) శబ్ద జ్ఞానానుపాతీ = శబ్ద జ్ఞానము కలిగిన వెంటనే కలుగు చిత్తవృత్తి వికల్పః = వికల్ప మనబడును.

వస్తువు లేదు. కాని మాటల సంయోగము వలన మనసులో కలుగు వృత్తి వికల్పము.

An immage conjured up by words without any Substance is fancy.

వివరణ - 7, 8, సూత్రములలో నుదహరించబడిన ప్రమాణ విపర్యయములను వృత్తులకు ఆధారము ఇంద్రియములచే తెలిసికొనబడు విషయములు ఇంద్రియ గోచరములు కాని, అసలు ఏ విషయములు ఆధారముగ లేక, కొన్ని శబ్దములు ఉచ్చరించ బడినపుడు కలుగు చిత్తవృత్తి వికల్పము. ఉదా॥ కుందేటికొమ్ము, గగన కుసుమము, వంధ్యాపుత్రుడు. కుందేటికి కొమ్ము లేదు. ఆకాశములో కుసుమము లుండవు. గొడ్రాలికి సంతతి లేదు కాని ఈ మాటల వలన ఊహించ బడుటచే కలిగిన చిత్తవృత్తి వికల్పము. ఈ వృత్తి విపర్యయము కాదు సంశయము కాదు. మాటల కూర్పు ఈ వృత్తికి కారణము, ఈవృత్తికి బాహ్యావిషయములు (objects) ఆధారము కావు. కేవలము కొన్ని శబ్ధముల ఉచ్చారణ వినుట వలన కలుగు వృత్తి, వికల్పము.

నిద్ర

సూ॥ 10. అభావ ప్రత్యయాలంబనా వృత్తిః, నిద్రా।

ప్రతిపదార్థము:- అభావ ప్రత్యయ = జాగ్రత్ స్వప్నాది వృత్తుల అభావముగల, వృత్తిః = చిత్తవృత్తి, నిద్ర యనబడును.

ప్రమాణ విపర్యయ, వికల్పములలో ఏదో ఒక విషయము [ప్రత్యయము] ఆలంబముగా నున్నది. కాని నిద్రలో ఈ ఆలంబన లేదు. ఇక్కడ 'నిద్ర' అనగా స్వప్నము లేని నిద్రగా అన్వయము చేసుకొనవలెను.

నిద్రించునపుడు మనస్సు వున్నది. కాని మనసుకు మెదడుకు గల సంబంధము తాత్కాలికముగ విరమింప జేయ బడినది. అందు కే సుషుప్తిలోని అనుభవము స్మృతిపథములోనికి రాదు. కాని నిదుర లేచిన వెంటనే 'నిద్ర' చాల బాగాపోతిని అను జ్ఞానము మనసు మెదడుకు తెలియజేయును. ఈ నిద్ర కూడ మనసులో ఒక వృత్తిని కలుగజేసి యుండుటచేతనే నిద్రానంతరము నిద్ర మంచిదిగా తెలియ వచ్చినది. నిద్రలో చిత్తవృత్తులు జీవుని ప్రమేయము లేక నిరోధించ బడినవి. సమాధిస్థితిలో గూడ చిత్తవృత్తి నిరోధము కాబడినవి. సమాధిలో చిత్తవృత్తి, జీవుని ఇచ్ఛాశక్తివలన కలిగినది. నిద్రలో మనసు ప్రకృతి సిద్ధముగా చిత్తవృత్తి నిరోధము కాబడినది. ఈ విషయమును ఒక ఉదాహరణ ద్వారా తెలిసికొనుటకు యత్నింతము. ఒక కారు డ్రైవరు, కారును Start చేసియు, తన శక్తివల్ల దానిని కదలకుండ చేయుచున్నాడు. ఇది సమాధిస్థితిలో పోల్చ వచ్చును. డ్రైవరు తన ఇచ్ఛామేరకు కారును ఆపగలడు, కాని నిద్రలో కారు, అసలు స్టార్టు చేయబడియే యుండ లేదు.

సూ॥ 11. అనుభూత విషయా సంప్రమోషః, స్మృతిః।

ప్రతిపదార్థము:- అనుభూత విషయ = అనుభవించిన విషయ

5

ములను, అసంప్రమోషః = దొంగిలించుకొని పోకయుండుట, స్మృతిః = స్మృతి.

వ్యాఖ్య:- 'సంప్రమోష' అనగా చౌర్యముచేయుట అసంప్రమోషః = చౌర్యము చేయబడకుండుట. చోరుడుపొందిన సొమ్మును యజమానికి లేకుండా జేయును. గతములో పొందిన అనుభవము చౌర్యము చేయబడుట యనగా, ఆ యనుభవమును లేకుండ మరపు చెందుట. ఈ భావములో 'అసంప్రమోషః' అనగా ఆ అనుభవము మనసులో గుప్తముగ నుండును. కావలసినపుడు అది లభించును. మనసులో అనుభూత విషయము బహిర్గతము కానంతవరకు అది వృత్తికాదు. కాని అది బహిర్గతమైనపుడు మనసులో వృత్తులు కలుగును. పూర్తిగ మరచిపోవుట, అనుభవము దొంగిలింపబడుటతో సమానము. అది గుప్తముగ నుండుట అసంప్రమోషము. మనసులో గుప్తముగనున్న స్మృతి బహిర్గతమైనపుడు చిత్తములో వృత్తులు కలుగును. అట్టి వృత్తి - స్మృతి.

సూ॥ 12. అభ్యాస వైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధః ।

ప్రతి॥ తత్ = ఆ చిత్తవృత్తులను, అభ్యాస = సాధన, వైరాగ్యాభ్యాం = రాగరాహిత్యముల చేత, నిరోధః = నిరోధించవచ్చును

వివరణ:- సూత్రకారుడు, వృత్తుల నిరోధము యోగముగ నిర్ణయించి, వృత్తులనగా నేమో వివరించి, వృత్తి నిరోధము, అభ్యాసము, వైరాగ్యములచే గావించవచ్చునని, ఈ సూత్రములో వివరించినాడు.

సూ॥ 13. తత్ర స్థితౌ యత్నోఽభ్యాసః ।

ప్రతి॥ స్థితౌ = వైరాగ్యము ద్వారా చిత్తవృత్తులు నిరోధింపగ ఏర్పడిన ఏకాగ్రతను, తత్ర = ఆ ధ్యాన భూమి స్థిరీకరించుట కొరకు చేయు, యత్నః = ప్రయత్నము, అభ్యాసః = అభ్యాసము.

కైవల్యము పొందుటకు, అష్టాంగయోగము ప్రతిపాదించబడినది. చిత్తవృత్తులను నిరోధించి, చిత్తమును ఏకాగ్రము గావించి, ఏకాగ్రము గావించబడిన 'ప్రత్యయము' పై మనసును, స్థిమితముగా నుండునట్లు చేయు ప్రయత్నము అభ్యాసము. ఇందుకు ప్రాచీన సాంప్రదాయములలో ఎందరెందరో మహనీయులు కొన్నికొన్ని నియమములను బోధించి, శిష్యులకు తగిన శిక్షణ నొసంగు చుండెడివారు. ఇట్టి సాధనముల నన్నిటిని చక్కగ గమనించి, అభ్యసించి, వాటిని అష్టాంగయోగములో సూత్రకారుడు చేర్చినాడు.

సూ॥ 14. సతు దీర్ఘకాల నైరంతర్య సత్కారాసేవితో దృఢ భూమిః ।

ప్రతిపదార్థము:- సతు = పై సూత్రములో చెప్పబడిన అభ్యాసము. దీర్ఘకాల = చాలాకాలము, నైరంతర్య = నిరంతరము అవిచ్ఛిన్నముగ, సత్కారా = భక్తిశ్రద్ధవిశ్వాసములతో, సేవితః = సేవించుటవలన, దృఢభూమిః = స్థిరత్వము ఏర్పడును.

తా॥ చిత్తమును బాహ్య విషయములపై ప్రవర్తించనీయక, ధ్యానభూమికపై ఏకాగ్రము గావించి ధ్యాన ధారణ సమాధి స్థితులను పొందుటకు బహుకాలము అవిచ్ఛిన్నముగ శ్రద్ధాసక్తులతో, ప్రయత్నము చేయవలెను.

అభ్యాసము:- కొందరు సాధకులు ఆదిలో చాల వుత్సాహముతో అభ్యాసముగావింతురు. శీఘ్రకాలములో కైవల్యప్రాప్తి కావలెనను తీవ్రేచ్ఛగలిగియుందురు. కాని ఈ సిద్ధి అంత సులభముగా, శీఘ్రముగ లభించదు. ఆ కారణముచేత, వారి ఉత్సాహము నీరు కారిపోయి అనతికాలములో వారు అభ్యాసమును విరమింతురు. మరి కొందరు కొంతకాలము అభ్యాసము గావించి, కొంతకాలము విరమించి మరల ప్రారంభింతురు. అట్టివారికి ఫలము లభించదు.

ఈ యభ్యాసము బహుకాలము, శ్రద్ధాశక్తులతో, అవిచ్ఛిన్నముగ గావించవలెను. దీర్ఘకాలమనగా ఎంతకాలము? ఆజన్మాంతము గావించవలెను. అక్కడికి లక్ష్యము చేరలేక పోయిన, మరుజన్మలో కూడ ఈ అభ్యాసము కొనసాగించవలెను. కనుకనే ఈ సాధనలో వేయిలో ఏ వొక్కరో లక్ష్యసిద్ధి నొందగలుగుదురు. "మనుష్యాణాం సహస్రేషు కశ్చిద్యతతి సిద్ధయే" అని భగవద్గీత చెప్పుచున్నది.

ఈ యభ్యాసము నిరంతరము చేయవలెను. కొన్ని దినములు చేసి మాని, మరల ప్రారంభించుట తగదు. దేహవ్యాయామము చేయువారు కొంతకాలము అభ్యాసము చేయుటచే, వారి దేహాంగములు అభివృద్ధిచెందును కాని అభ్యాసము విరమించుటచే దేహాంగములు పూర్వస్థితికి వచ్చును మరల ఈ స్థితికి రావలెనన్న మరల ప్రారంభించవలెను. యోగాభ్యాసముకూడ ఇట్టిదే. ప్రతినిత్యము అభ్యాసము చేయుచుండవలెను. మధ్యన విచ్ఛిన్నముండరాదు. విచ్ఛిన్నత గలుగుచుండిన, కేవలము కాలము వృథాయగునే గాని ఫలము లభించదు,

సాధకుడు తన దేహములను పరిశుద్ధముగ నుంచుకొనవలెను. ఇంద్రియములను తన వశము నందుంచుకొనుటకు సర్వదా ప్రయత్నము జరుగుచునే యుండవలెను. ఉద్రేకములు ఉద్వేగముల వేగమును తగ్గించుకొనవలెను. సామాన్య జీవితములోని పలుసంఘటనలు, అభ్యాసమునకు ఒరపిడి రాళ్ళవంటివి. ప్రతి సంఘటనను నెమ్మదిగ ప్రశాంత చిత్తముతో ఎదుర్కొనవలెను. నిత్య జీవితములో కోపతాపములు, లోభమత్సరములుసంభవించినపుడు, ఇచ్ఛాశక్తితో వివేకముతో వాటిని ఉపశమింప జేసుకొనవలెను. రాగిపాత్రను ప్రతిదినము శుభ్రము చేయుచున్ననే అది కాంతివంతముగ నుండును. ఒక దినము ఏమరుపాటు చెందిన అది చిలుము పట్టి కాంతి విహీనమగును. కనుక జీవితములో అనుక్షణము జాగరూకతతో వివేక

ముతో ఆత్మ పరీక్ష గావించుకొనుచు అంతరంగమును పరిశుద్ధముగ నుండునట్లు ప్రయత్నము చేయుట, సదభ్యాసము యొక్క లక్షణము.

సామాన్యమగు ప్రాపంచిక విషయములలో విజయము సాధించవలసిన ఎంతో కృషి, పట్టుదల అవసరము. కాన కైవల్య ప్రాప్తి, నిరతిశయ ఆనందము ప్రాప్తింపజేయు నిచ్ఛగల సాధకుల కెన్ని రెట్లు తీవ్రతర సాధన మవసరమో గుర్తించనగును. ఈ సాధన గావించువారికి వారి లక్ష్యముపై పరమమైన విశ్వాసము, శ్రద్ధ ఎంతేని అవసరము. కనుకనే సూత్రకారుడు, 'సత్కారా సేవిత' అను పదము నుపయోగించినాడు. సత్కారమనగ, భక్తి, శ్రద్ధ, విశ్వాసము.

యోగసాధన గావించిన సమాధి, తదుపరి కైవల్యము తప్పక లభించునను దృఢతర విశ్వాసము కలిగియుండవలెను. కైవల్యసిద్ధి మానవ జీవిత పరాకాష్ఠ. మహాత్ము లెందరో ఈ మార్గమున పయనించి, లక్ష్యమును పొంది, మనకు మార్గదర్శకులైనారు. కనుక పెద్దలు నడచిన త్రోవపై అచంచల విశ్వాసముండవలెను. భక్తి విశ్వాసముతో పాటు శ్రద్ధ యుండుట అత్యంత అవసరము. అధ్యయనము వలన తెలిసికొనిన విషయములను, చక్కగ అవగతము చేసుకొని, వాటిని 'తు' 'చ' తప్పక ఆచరణలో పెట్టుటయే శ్రద్ధ.

సామాన్య ప్రాపంచిక జీవితములో ఈ సాధన సాధ్యమా! సాధ్యమే. కాని కష్టసాధ్యము. జాగరూకతతో నిష్పక్ష పాతముగ ఆత్మ పరీక్షగావించుకొనుచు, మెల్ల మెల్లగ, గమనించిన లోపములను సవరించుకొనుచు, ప్రాపంచికవిషయములపై ఆసక్తిని నెమ్మది నెమ్మదిగ తగ్గించుకొనుచు, సాధనకు ప్రతిబంధకములైన అంతరాయములను నెమ్మది నెమ్మదిగ తొలగించుకొనుచు పోవుట, సాధకుని లక్షణము. తీవ్రేచ్ఛగలవారు ప్రాపంచిక విషయములకు దూరముగ నుండుట కొరకు, ఏకాంతవాసము నపేక్షించి, ఆశ్రమములకు వెళ్ళి, సాధనము గావించుచుందురు.

ఎన్నో జన్మలలో చేసిన దుష్కర్మ ఫలితములు, యోగసాధకునకు అభ్యంతరములుగా ఏర్పడును. కాని ఇచ్ఛాబలముతో, ధైర్యముతో, త్యాగబుద్ధితో, ఈ ప్రారబ్ధకర్మవలన ఏర్పడిన ప్రతిబంధములను తరించవచ్చును. ఇందుకు నిదర్శనము; ఈ మార్గములో పయనించి లక్ష్యమును చేరిన, మహనీయుల జీవితములే. ఈ లక్ష్యసిద్ధి, ఈ జన్మలో లభించక పోవచ్చును. కొన్ని జన్మలు పట్టవచ్చును. ఈ విషయమును గుర్తించి సాధన గావించవలెను. ఒక వేళ యోగభ్రష్టుడైన కావచ్చును. కాని, నిరుత్సాహము పొంద పనిలేదు. ఈ సంశయమునకు గీతాచార్యుడిచ్చిన సమాధానము సాధకున కెంతో ఉత్సాహము నిచ్చును.

శ్లో॥ ప్రాప్య పుణ్యకృతాన్ లోకాన్ ఉషిత్వా శాశ్వతీస్సమాః ।
శుచీనాం శ్రీమతాం గేహే యోగభ్రష్టోఽభిజాయతే ॥

శ్లో॥ అథవా యోగినామేవ కులేభవతి ధీమతాం ।
ఏతద్ధి దుర్లభ తరం లోకేజన్మ యదీదృశమ్ ॥

(6. అ - 41, 42)

యోగభ్రష్టుడు, మరణానంతరము తాను చేసిన పుణ్యకర్మ ఫలముగ స్వర్గసుఖముల ననుభవించి, మరుజన్మలో శుచిగల శ్రీమంతుల గృహములలో జన్మించును, లేదా భోగ వాసనలకు దూరులై ఆధ్యాత్మిక మార్గమునందే ప్రముఖ వాసనలున్న యోగుల వంశములలోజన్మించి, తన సాధనను మరింత తీవ్రము చేసి, సత్వరముగ యోగసిద్ధిని పొందును. కాని ఇట్టి జన్మ దుర్లభము.

సూ॥ 15. దృష్టానుశ్రవక విషయ వితృష్ణస్య వశీకార సంజ్ఞా వైరాగ్యమ్॥

ప్రతిపదార్థము:- దృష్టవిషయే = ఇంద్రియార్థములందు; (ఇహ విషయములందు) అనుశ్రవక విషయే = వేదవిదిత పారలౌకిక

విషయములందు; వితృష్ణస్య = ఆశలుడిగిన యోగియు; వశీకార సంజ్ఞా = వశీకరణము అను పేరుగలది, వైరాగ్యమ్ = వైరాగ్య మనబడును.

తా॥ ఇహపర భోగములు పొందవలెననెడి కోరికలను వశీకరణము చేసుకొను. యోగియొక్క ప్రజ్ఞ, వైరాగ్యమనబడును. ఇహాముత్ర ఫలభోగ విరాగము వైరాగ్యమని నిర్వచించ బడినది.

వివరణ:- వి + రాగము, వి=రాగము లేకుండుట విరాగము. దీనిభావము వైరాగ్యము, రాగము ద్వేషము ఈ రెండు కవలపిల్లల వంటివి. ఒకదానిని విడచి మరియొకటి యుండవు. "సుఖానుశాయీ రాగః" (సాధన పాదము-7) రాగము సుఖము నాశ్రయించును. రాగముద్వేషము, ఒకే నాణెముయొక్క రెండు ముఖములు. రాగ ద్వేషములు బంధమును కల్గించును. రాగమునకన్న అత్యధికమైన బంధములను, ద్వేషము కల్గించును. కనుక రాగ ద్వేషములు లేకుండుట వైరాగ్యముయొక్క లక్షణము. కామక్రోధములు, లోభ మోహములు, మదమాత్సర్యములు. వీటన్నిటికి మూలము సంగము (Attachment) కోరికల నిరోధించి, ద్వంద్వాతీతుడై మెలగ గలుగుట, వైరాగ్యలక్షణము, కోరికలు (కామ) రాగము. ఈ రెండు ఒకే కోవకు చెందినది. పరిణామముయొక్క ప్రథమదశలో, రాగములు జీవుని తమస్సునుండి మరలించి, రజోగుణమును (Activity) ప్రోత్సహించినవి. ఇది ప్రవృత్తి మార్గములో జీవుని వికాసమునకు తోడ్పడినది. ఇపుడు జీవుడు నివృత్తి మార్గములో పయనించుచున్నాడు. కనుక రాగ ప్రధానమైన, రజోగుణమును అధిగమించి సత్వగుణ సంపన్నుడు కావలెను మరికొంత పరిణమించిన పిదప సత్వగుణమును తరించి, గుణాతీతుడు కావలసియున్నది. ఈ స్థితిలో, నివృత్తిమార్గములో పయనించుచున్న జీవునకు వైరాగ్యము, జీవగఱ్ఱ.

వైరాగ్యముచే మాత్రమే చిత్తవృత్తి నిరోధము సాధ్యము కాదు. మనసునకుండు రెండు దోషములు మల విక్షేపములు. వైరాగ్యమువలన మలదోషము తొలగును. కాని చిత్త చాంచల్యత నిరోధించబడదు. అభ్యాసము చేత చిత్తముయొక్క దోషమైన చంచలత నిరోధించవచ్చును.

వైరాగ్యము, ఇహభోగముల పైననేగాక, ఆముష్మిక విషయములయందు గూడ నుండవలెను. ఇవియే అనుశ్రవకీ విషయములని సూత్రములో పేర్కొనబడినది. స్వర్గసుఖములుకూడ అనిత్యములు. పుణ్యఫలితముగ పొందిన స్వర్గసుఖములు, పొందుచురాగా, అది క్షీణించి మరల జన్మనొందక తప్పదు. నిరతిశయ ఆనందమును పొందుట, కైవల్యప్రాప్తి, మానవలక్ష్యము లగుటచే తాత్కాలికములు, దుఃఖకారణములైన ఇహపరసుఖములపై అపేక్ష సంపూర్తిగ వర్జింపవలెను. ఇదియే నిజమగు వైరాగ్యలక్షణము.

"బ్రహ్మాది స్థావరాంతేషు వైరాగ్యం విషయేష్వను।
యథైవ కాక విష్ఠాయాం, వైరాగ్యం తద్ధి నిర్మలం॥"

అనగా బ్రహ్మలోక పర్యంతముగల ఉత్తమ లోకములలోని విషయములపై కాకి మలమువలె జుగుప్స కల్గియుండుటే నిర్మలమైన వైరాగ్యము.

అనుభవించు భోగములను త్యజించుట (భోగత్యాగేచ్ఛ) భోగములపై అయిష్టత (భోగాననిచ్ఛ) ఈ రెండు వైరాగ్య లక్షణములుగా చెప్పబడినవి.

"వైరాగ్యము నాలుగు విధములని ఆగమికులందురు.

1. యతమాన సంజ్ఞ:- అనగా ఇంద్రియములను విషయములపై ప్రవర్తింప కుండునట్లు చేయుట,

2. వ్యతిరేక సంజ్ఞ:- ఇట్లు యత్నింపగా కొన్ని రాగాది మల దోషములు నివారించబడును, కాని నివారించబడని వాటికి వ్యతి

రేకములైన సద్గుణముల నాశ్రయించి, దుర్గుణముల శమింపజేయుట వ్యతిరేక సంజ్ఞ.

3. ఏకేంద్రియ సంజ్ఞ:- ఇంద్రియములను ఇంద్రియార్థముల నుండి తరలించి ఏకాగ్రత చిత్తము గల్గియుండుట, ఏకేంద్రియసంజ్ఞ,

4 వశీకార సంజ్ఞ:- దివ్య అదివ్యవిషయ సుఖములు అందు బాటులోనున్నను, వానిని ఉపేక్షించుట. దీనినే అపర వైరాగ్యమని కూడ అందురు.

ఈ వశీకార సంజ్ఞ, మంద, మధ్య, తీవ్రములని మూడు విధములు. దారాపుత్ర ధనాది విషయములు. వియోగము చేత సంసారముపై వెగటుగలుగుట, మంద వైరాగ్యము (అభావ విరక్తి) దారాపుత్ర ధనాలున్నను, అవి దుఃఖకారణములు, అనిత్యములని భావించి వాటిపై విముఖత పొందుట మధ్యవైరాగ్యము.

ఈ ఐహిక విషయములేగాక, స్వర్గ సుఖాదులు అనిత్యములు పునర్జన్మను కలిగించుననుజ్ఞానముచే ఇహపరభోగములను తిరస్కరించుట. ఇది తీవ్ర వైరాగ్య లక్షణము.

తీవ్ర వైరాగ్యము కేవలము జ్ఞానము వలననే పొందనగును. (విచార సాగరమను గ్రంథములో వైరాగ్యమును గురించి విశేషముగ విచారణలు గలవు.)

ప్రయత్నము తీవ్రముగా చేయుచు రాగా, సమస్తములైన ఆకర్షణలపై వైముఖ్యత పొందుటచే, కోరికలుడుగును. కోరికలుడిగిన రాగ ద్వేషముల ప్రభావము క్షీణించును. అపుడు సాధకుడు, తన శరీరములను తన వశమందుంచుకొన గల శక్తి పొందును. విషయములందు ప్రవర్తించుచున్నను, విషయలోలుడు గాక అనాసక్తితో వ్యవహరించును.

వైరాగ్యము కేవలము ప్రపంచమునకు దూరముగ నుండినంతమాత్రమున లభించదు, అడవులలో ఏకాంతవాసము చేయు

చుండినను, మనసు విషయాసక్తమైనపుడు, కేవలము శరీరము మాత్రమే ఏకాంతముగ నుండినట్లగును. ఇచట మరొక విషయము కూడ గమనించవలసి యున్నది. బలవంతముగ కోర్కెలను నిరోధించుటచేత, ఆ కోర్కెలు తాత్కాలికముగా అణిగి యుండినను, సమయము వచ్చినపుడు రెండంతల ఉధృతముతో ఉప్పొంగును. గోచి బిగించినంత మాత్రమున, ఇనుపకచ్చడాలు ధరించినంత మాత్రమున బ్రహ్మచర్య సాధన ఫలించదు. మనసు ఆ సుఖముపై జుగుప్స పొందవలెను. ఇంద్రియములను సంయమ విధానమున స్వాధీనము చేసుకొనవలెను. ఇంద్రియార్థములపై నిజమగు వైమనస్యము విరక్తి లభించిన, ఆ యింద్రియార్థములు కన్నెదుట నుండినను మనసు వాటిపై పరుగులెత్తదు. వాటిపై తటస్థ భావముతో నుండును. వాటిపై రాగము లేదు. ద్వేషము లేదు.

నిత్య జీవితములో కలిగెడి ఆకర్షణలు సాధకునకు ఒరిపిడి రాళ్ళవంటివి. ఈ నిత్య జీవిత ఆకర్షణలకు లొంగకుండిన, కోరికల ఉపేక్షించబడుటచే, అవి క్షీణించును. ఇంద్రియ భోగములు తాత్కాలికములు, దుఃఖ కారణములను జ్ఞానము పొందుటచే, వైరాగ్యము స్వభావ సిద్ధమగును. వైరాగ్యము ఇంద్రియములను కృశింపజేయుటచేతగాని, బలవంతముగ ఇంద్రియములను నిరోధించుటచేతగాని లభించదు. జ్ఞానముచే పొందిన వివేకముచేత ఇంద్రియముల వేగము శమించును. ముఖ్యముగ, ఇంద్రియములకు ప్రభువైన మనసు, స్వాధీనమైన, ఇంద్రియములు తప్పనిసరిగ స్వాధీనమగును. మనసును ఇంద్రియార్థముల నుండి మరలించునదే నిజమగు వైరాగ్యము. ఇట్టి పరావైరాగ్యము సిద్ధించిన సాధకుడు, ఇహపరసుఖముల ఆకర్షణకు లొంగక, తన లక్ష్యమైన కైవల్యమును పొందుటకు తీవ్రతరమైన ప్రయత్నము గావించును.

సూ॥ 16. పరంపురుష ఖ్యాతేర్గుణ వైతృష్ణ్యం।

పురుష ఖ్యాతేః = గుణత్రయాత్మక ప్రకృతికంటే, పురుషుడు శ్రేష్ఠుడు (భిన్నుడు) అని తెలిసికొనుట వలన (కలుగు)

గుణ వైతృష్ణ్యం = గుణవిరక్తి, పరం = పర వైరాగ్య మనబడును.

వివరణ:- పరమ పురుషుడు గుణత్రయాత్మక ప్రకృతికంటె శ్రేష్ఠుడు అని తెలిసికొనుటవలన, గుణ వివర్జితుడై మెలగును. అట్టి స్థితి పరవైరాగ్యముగా ఖ్యాతి నొందినది. వైరాగ్యము అత్యంత తీవ్రమైనపుడు, సాధకుడు త్రిగుణాతీతుడగును. త్రిగుణాతీతుడై పరమ పురుషునితో సన్నిహితుడగుటచే, పరమపురుషుడు పొందు ఆనందమును చవిచూచును. ఒక్కతూరి ఆ పరమానందమును అనుభవించిన తరువాత, విషయభోగములు తుచ్ఛములని భావించును. వాటిపై వితృష్ణకలుగును, జుగుప్స కలుగును. ఆ స్థితియే కైవల్యము' ఈ స్థితిలో కైవల్యము ద్వారా పరమపురుషునితో ఏకత్వమును పొందుటవలన సాధకునకు అఖండ జ్ఞానము లభించును. అదియే ఖ్యాతిగా సూత్రములో పేర్కొనబడినది. ఇట్టి స్థితి పొందినవారికి 'చ్యుతి' కలుగదు. పతనము పొందు దశలన్నిటిని తరించిన సాధకుడు ఆ పరమపురుషునితో ఐక్యము పొందుటచే ఆ పొందిన ఆనందప్రభావముచే ప్రకృతిలోని విషయానందము లాతనివలె తుచ్ఛములుగ తోచును.

'ప్రహ్లాదుడు ఈ స్థితిని ఈ విధముగ వర్ణించినాడు.

"అంబుజోదర దివ్య పాదారవింద చింతనామృతపాన విశేష
మత్తచిత్త మేరీతి నితరంబు చేరనేర్చు? ॥"

ఈ 16 సూత్రములు సమాధిపాదములో ఒక ఘట్టముగ భావించవచ్చును. ఇందులోని క్రమము —

(1) యోగమనగా చిత్తవృత్తి నిరోధము (2) చిత్తవృత్తి నిరోధము వలన స్వస్వరూపజ్ఞానము లభించును (3) చిత్తవృత్తుల నిరోధము గావించని ఎడల వాటిలో తాదాత్మ్యము నొందును. చిత్తవృత్తులు అయిదు. 5. ప్రమాణ విపర్యయ, వికల్ప, నిద్రా స్మృతి అనునవి చిత్తవృత్తులు, వాటి స్వరూపస్వభావములు తెలియ జేయబడినవి. 12-వ సూత్రములో, చిత్తవృత్తినిరోధము అభ్యాస వైరాగ్యములచే పొందనగునని వివరించబడినది. 13, 14 సూత్రములు అభ్యాసమనగానేమో వివరించినది. 15 సూత్రములో వైరాగ్యమును గురించి తెలియజేయబడినది. 16 వ సూత్రములో చిత్తవృత్తి నిరోధములో నిష్ణాతుడైన సాధకుడు కైవల్యమును పొందును. ఆ కైవల్యానందము ఒకతూరి చవి చూచిన సాధకునకును గత ప్రాపంచిక, భోగములు, స్వర్గ భోగములు అతి అల్పములుగా తోచుటచే, వాటిపై విముఖత చెందునను విషయము వివరించబడినది.

సంప్రజ్ఞాత సమాధి

సూ॥ 17. వితర్క, విచార, ఆనంద, అస్మితా, స్వరూపానుగమాత్ సంప్రజ్ఞాతః ।

ప్రతి। వితర్క- ప్రశ్నోత్తరములు (పరిప్రశ్న) తర్కముతోను (Argumentations of reasoning)

విచార = దీర్ఘముగ, మనసు అంతరాంతరాళములలోనికి వెళ్ళి పరిశోధించుట (Deliberation and reflection)

ఆనంద=ఆనందము (Bliss) - ఆనందమయ కోశమును అధిగమించి, యోచించుట.

అస్మిత = 'నేను' అను భావమును తరించుట.

(Iness, sense of identity, sense of Pure being)

అనుగమాత్ = పై నాల్గింటిని, ఒకదాని తరువాత మరొక స్థితిని పొందుట, సంప్రజ్ఞాతః = సంప్రజ్ఞాత సమాధి అని తెలియనగును.

తాత్పర్యము:- మానవుని ప్రజ్ఞ మనసులోని అంతరాంతరాళములను అధిగమించి, ఆనందమయ కోశమును దాటి, 'అస్మిత' స్థితిని పొందును. ఈ విధమైన ధ్యానాభ్యాసముచే, సాధకుడు సంప్రజ్ఞాత సమాధిని పొందును.

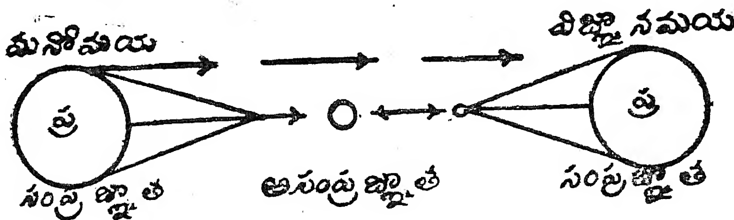
ఈశ్వరాంశ, ప్రవృత్తి మార్గములో పయనించినపుడు అనుపాదిక, ఆత్మ, బుద్ధి, మన, కామ లోకముల లోనికి చొచ్చుకొని వచ్చి, మానవత్వమును పొంద గల్గినది. అదే క్రమములో సాధకుడు స్థూల, సూక్ష్మ ఉపాధులను కోశములను ఒక్కొక్క దానిని తరించి స్వస్థానము చేరుట, అష్టాంగ యోగముయొక్క లక్ష్యము. నివృత్తి మార్గములో ప్రజ్ఞ, మనసును, స్థూలదేహ పరిధినుండి, తదుపరి, కామలోక పరిధినుండి, వేరుగావించి, మనసును శోధించి, మనసు అవధులను అధిగమించి, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ కోశములను దాటి 'అస్మిత' స్థితికి చేరును. ఈ విధముగ క్రమక్రమముగ తన స్థూల సూక్ష్మ శరీరములను తరించి అస్మిత స్థితిలోని ధర్మమేఘ సమాధిని, తదుపరి కైవల్యమును పొందును.

ప్రజ్ఞ ప్రత్యాహార ధ్యాన ధారణల అభ్యాసముచే, ఒక స్థితి నుండి అంతకన్న సూక్ష్మమగు స్థితిని పొంది, మనసుయొక్క అంతరాంత రాళములలోనికి చొచ్చుకొని పోవును. ఇంత వరకు ప్రజ్ఞ మనసును ఉపకరణము గావించుకొని, ఇంద్రియముల ప్రవృత్తిని, ఉద్రేకముల తీవ్రతను గమనించి, వాటిని అధిగమించి మనసులోనికి చేరును. ఈ వరకు మనసు ద్రష్ట స్థానములో నుండును. ఇప్పుడు ద్రష్టగా నుండిన మనసు దృక్ స్థానమునకు వచ్చినది. ఆత్మావలోకమును గావించుకొనును. తదితర విషయములవైపు రక్షించబడిన మనసు, వెనుదిరిగి తన్నుతానే చూచుకొనుచున్నది. ఇపుడు దృక్, దృశ్యము రెండు తానే.

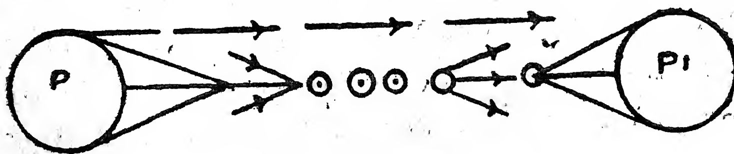
ధ్యాన ప్రక్రియలో ధ్యాన భూమిక అవసరం. ఈ ధ్యాన భూమికనే సూత్రకారుడు 'ప్రత్యయము' అనుచున్నాడు. ధ్యాన భూమిక ఏ వస్తువైన కావచ్చును. పంచ భూతములలో నేదైన కావచ్చును. ప్రత్యాహారస్థితిలో ప్రజ్ఞ కామలోక విషయముల నుండి - విడివడినది. బాహ్య విషయాసక్తి అంతరించినది. ఉద్రేక ములు లేవు. మనసు నిర్మలమైన స్థితికి వచ్చినది. ఇట్టి మనసు ధ్యాన భూమికపై కేంద్రీకరించబడును. ఇది ధ్యాన స్థితికి ప్రారంభము. ధ్యానములో, ప్రజ్ఞ మనసులో ప్రతిష్ఠింప బడినది. దానిని గురించి గాఢముగ విచారించుట ప్రారంభమగును. ఈ స్థితిలో గావించు శోధన సవితర్కము - ఈ శోధన శబ్దము, అర్థము, జ్ఞానము, అను మూడు విధములుగా జరుగును. ఈ స్థితిలో ప్రజ్ఞ ధ్యానమును దాటి సమాధి స్థితిలో ప్రవేశించినది. ఈ స్థితిని వితర్క సమాధి అని చెప్పవచ్చును. (ఈ విషయము 44 వ సూత్రములో వివరించ బడినది.) ఈ వితర్కము రెండు విధములు - సవితర్క, నిర్వితర్క. ఈ శోధన మనోమయ కోశము పరిధిలో జరుగుచున్నది. ఈ సవితర్క, నిర్వితర్క శోధనలలో జ్ఞానము పొందిన ప్రజ్ఞ విజ్ఞానమయ కోశములో ప్రవేశించును.

ఒక కోశము నుండి మరియొక కోశమునకు ప్రజ్ఞ ప్రవేశించు నపుడు, కోశము అంచునకు వచ్చినపుడు సంధ్యాకాలమువలె ఆ కోశము వెలుగు క్షీణించును. ప్రజ్ఞ గాఢాంధకారములో ప్రవేశించును. కోశములో ప్రజ్ఞ శోధించునపుడున్న స్థితి సంప్రజ్ఞాత సమాధి అనబడును. సంధి సమయములో ఏర్పడు గాఢాంధకార స్థితి అసంప్రజ్ఞాత సమాధి. కాని ప్రజ్ఞ ఈ గాఢాంధ కారమును లెక్క చేయక ఇచ్ఛాశక్తిచే ముందునకు సాగిపోవును. మనోమయ కోశ మును దాటి విజ్ఞానమయ కోశము ప్రవేశించునపుడు మరల పూర్వ సంధ్యవలె వెలుతురు గోచరించును. క్రమక్రమముగ అది పూర్తిగ

వెలుతురులోనికి ప్రవేశించును. ఇపుడు ప్రజ్ఞ, ప్రత్యయమును విజ్ఞానమయకోశము వెలుగులో శోధించును. ఈ శోధన సవిచార నిర్విచార అను రెండు అంతస్తులలో జరుగును. ఇది విజ్ఞానమయ కోశములోని సంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ఈ శోధన జరుగును.



అసంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ప్రత్యయము లయమగును. మరల సంప్రజ్ఞాత స్థితిలో ప్రవేశించినపుడు ప్రత్యయము గోచరించును. మరల కోశములో ప్రవేశించునపుడు సంపూర్ణముగా ప్రత్యక్షమగును. ప్రత్యయము లయమగును కాని ప్రజ్ఞ మాత్రము ముందునకు వెళ్ళుచుండును. విజ్ఞానమయకోశమును దాటి అసంప్రజ్ఞాత సమాధిని తరించి ఆనందమయ కోశము ప్రవేశించును. ఇచ్చట ప్రజ్ఞ 'సానంద' స్థితిలో ప్రత్యయమును శోధించును. తదుపరి మరల అసంప్రజ్ఞాత సమాధిని ప్రవేశించి అస్మితస్థితిని పొంది ఆ స్థితిలో ప్రత్యయమును పరిశోధించును. తదుపరి ప్రత్యయము విడువబడును. ప్రజ్ఞ ఒక్కటే మరింత అంతరాంతరాళముల లోనికి వెళ్ళగ పొందెడి స్థితి నిర్బీజ సమాధి, తదుపరి ప్రజ్ఞ ప్రవేశించు అసంప్రజ్ఞాత సమాధి ధర్మమేఘ సమాధి యనబడును. తదుపరి స్థితి కైవల్యము.



సంప్రజ్ఞాత, అసంప్రజ్ఞాత సమాధుల గురించి మరి కొన్ని విషయముల తెలిసికొనుటకు ప్రయత్నింతము.

సం + ప్రజ్ఞాత = 'ప్రజ్ఞతో కూడిన' అని అర్థము. ఈ సమాధిస్థితిలో ప్రత్యయమును గురించిన ప్రజ్ఞతో పూర్ణుడయి యున్నాడు. శబ్దార్థముతో అ + సంప్రజ్ఞాత సమాధిని చెప్పవలసిన ప్రజ్ఞ లేని సమాధిస్థితి అను విపరీతార్థము వచ్చును. సమాధి స్థితు లన్నిటిలో ప్రజ్ఞ సంపూర్ణముగ నున్నది. కాని, సంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ప్రత్యయమున్నది. అసంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ప్రత్యయము అదృశ్యమైనది. ఇక్కడ 'అ' అను ప్రత్యయము, సంప్రజ్ఞాత సమాధి కానిది అని అర్థమును స్ఫురింపజేయును.

సమాధిస్థితి అశుద్ధమనో లోకము నుండి ప్రారంభమగును. ఇక్కడ ప్రజ్ఞ ప్రత్యయమును స్వీకరించినది. ఈ ప్రత్యయమును అశుద్ధమనోమయ లోకప్రకాశములో వీక్షించును పరిశోధించును. ఈ స్థితిని పొందినపుడు బాహ్యప్రపంచముతో మనసుకు ఎట్టి సంబంధ ముండదు. ఈ సంబంధము విడివడుట, ప్రత్యాహారస్థితిలోనే జరిగినది. ధారణలో ప్రత్యయము స్వీకరించబడినది. ఇక ధ్యానస్థితిలో ప్రథమములో ప్రత్యయము అశుద్ధమనోమయ శరీరపు ప్రకాశములో, వీక్షింపబడును. ధ్యానము మరింత తీవ్రము కాగా ఈ శరీరపు అంచు లోనికి ప్రజ్ఞ ప్రవేశించును. అక్కడ మందప్రకాశము, తరువాత గాఢాంధకారము - ఈ గాఢాంధకారమే అసంప్రజ్ఞాత సమాధి స్థితి. ఇక్కడ ప్రత్యయము వదిలిపెట్టబడును. చైతన్యము ప్రజ్ఞ, కేంద్రమునకు మరల, మరలా ఆ గాఢాంధకారము లోనికి చొచ్చుకొనిపోవును. (1) ఇది లయకేంద్రము. ఈ లయ కేంద్రమును అధిగమించి, సూక్ష్మతరమైన అవ్వలి కోశమును ప్రవేశించును. మరల సూర్యోదయపు వేళవంటి సంధ్యారాగము. మరల సూక్ష్మలోక ప్రవేశపు కాంతిలో ప్రవేశించగానే, ఆ లోకపు ప్రత్యయము ప్రత్యక్షు

మగును. ఈ రెండు కోశముల మధ్య నుండు గాఢాంధకారము అసంప్రజ్ఞాత సమాధి. ఈ సమాధిలో ప్రవేశించిన ప్రజ్ఞ మరింత బలమును సంతరించుకొనును. ఈ అలోకంబగు పెంజీకటి 'మేఘము' అనికూడ పిలువబడుచున్నది. ఒక విలుకాని ధనస్సులో నుండి ప్రయోగింపబడిన బాణమువలె, చీకటిని చీల్చుకొని అవ్వలికోశము చేరును. ఈ చీకటి మరల అదృశ్యమగు వరకు ప్రజ్ఞ వేచియుండవలసి నదే. ఇక్కడ మరొక విషయము గమనించవలెను. ప్రజ్ఞ పయనించుట లేదు. కాని ఈ వరకు దానిని ఆవరించి యుండిన అజ్ఞానపు పొరలు తొలిగిపోవుచున్నవి. ఆకసములో మేఘములు పోవుచున్నపుడు చంద్రుడు పరిగెత్తునట్లగపడును. పరిగెత్తుచున్నది మేఘములు కాని చంద్రుడు కాదు. ధ్యానము తీవ్రమగు కొలది అజ్ఞానము పరిగెత్తి పోవును. ధ్యానములో నున్న ప్రజ్ఞ స్థిరముగనే యున్నది.

ఒక కోశము నుండి మరొక కోశమునకు పోవు ప్రజ్ఞయొక్క ప్రయాణమును మరొక్క ఉదాహరణచే వివరణ పొందుటకు ప్రయత్నింతము. ఒక ప్రయాణీకుడు ఒక గ్రామము నుండి పయినించు నపుడు, గ్రామాంతములో చిక్కని అడివి దాటి గ్రామములో తెలిసికోవలసిన విషయములను తెలిసికొని, మరల మార్గమున ప్రవేశించును. ఆ మార్గముయొక్క గమ్యము అతనికి నిస్సందేహముగ తెలియును. ఇదియే లక్ష్యముపై గల పూర్ణ విశ్వాసము.

గ్రామము దాటి అడవిలో ప్రవేశించినాడు. చీకట్లు గమ్ముకొనినవి. కాని ఆ బాటసారి లక్ష్యమునందు విశ్వాసము కలవాడు కాబట్టి చీకటిలో ప్రయాణము సాగించి, అడవిని చీకటిని దాటును. అపుడు కొంచెము వెలుగు అగుపించినది దారి కనబడినది. మరల కొత్త గ్రామము ప్రవేశించినాడు. ఈ విధముగా ధ్యానావస్థ యందున్న సాధకుని చైతన్యము చీకటి దాటి - అసంప్రజ్ఞాత సమాధిని దాటి, మరల కొత్తలోకమును చేరును, ఈ పయనము యొక్క కాల నియతి, సాధకుని సంస్కార బలము అతని తీవ్రమైన కృషిని బట్టి

యుండును, యోగసిద్ధిని పొందిన సాధకుడు కొన్ని నిముషములలోనే, కోశముల నధిగమించి లక్ష్యమును పొందును. చివరకు ఆత్మలోకము నుండి చివరి మజిలీ వదలి – ధర్మమేఘ సమాధిని పొంది స్వస్వరూపమును పొందును.

నిర్బీజ సమాధి:- సబీజ సమాధిని గురించి 46 వ సూత్రములో వివరించబడినది. సబీజ సమాధియే సంప్రజ్ఞాత సమాధియని, అసంప్రజ్ఞాత సమాధియే నిర్బీజ సమాధి యని పొరపాటు పడుచున్నారు. సంప్రజ్ఞాత అసంప్రజ్ఞాత అనునవి సమాధిలోని దశలు – కాని సబీజ నిర్బీజములనునవి సమాధిలో సంయమము గావించు విషయములకు సంబంధించినవి. ప్రత్యయము – (బీజము) ప్రకృతిలో ఏ విషయము నైనను తెలిసికొనుటకు ఆ విషయమును ఆయా లోకములోని సమాధి స్థితిలో సంయమము గావించుటకు జేయు ప్రయత్నము – సబీజ సమాధి. నిర్బీజ సమాధిలో బీజము లేదు, ద్రష్ట తన్ను తానే తెలిసి కొనుటకు ప్రయత్నము చేయుచున్నారు.

ఆయా సూక్ష్మతర, సూక్ష్మతమ లోకములలో ప్రత్యయములు ఎట్లుండును? ఈ విషయమును గురించి వివరించుట దుస్సాధ్యము. అవి కేవలము అనుభవైక వేద్యము మాత్రమే. భూలోకములో వస్తువులు త్రిపరిమాణములు (ఎత్తు పొడుగు వెడల్పు) కలిగియుండును. సూక్ష్మలోకములలో నాల్గు పరిమాణములు కలిగి యుండవచ్చును. ఇంకా సూక్ష్మతర లోకములలో బహువిధ పరిమాణములు కల్గి యుండును.

కాలము నాల్గవ పరిమాణము. సూక్ష్మలోకములలో పరిమాణములో ప్రత్యయము ప్రత్యక్షము కావచ్చును. ఆ ప్రత్యయము యొక్క భూత భవిష్యత్తులు తెలియవచ్చును. మరికొంత సూక్ష్మ స్థితిలో ఉద్వేగములు, ఉద్రేకములు కూడ విదితము కావచ్చును. ఇంకను సూక్ష్మతర లోకములలో దానికి సంబంధించిన సంకల్పములు

కూడ విదితము కావచ్చును. తుదకు అవి అన్నియు ఆత్మలే అని విదితము కావచ్చును. ఆత్మకుగల పరిమాణము లన్నియు తెలియవచ్చును. ఈ రీతిగ వూహించవచ్చునే గాని ఇదమిత్థమని నిర్ణయించి చెప్పుటకు వీలు లేదు.

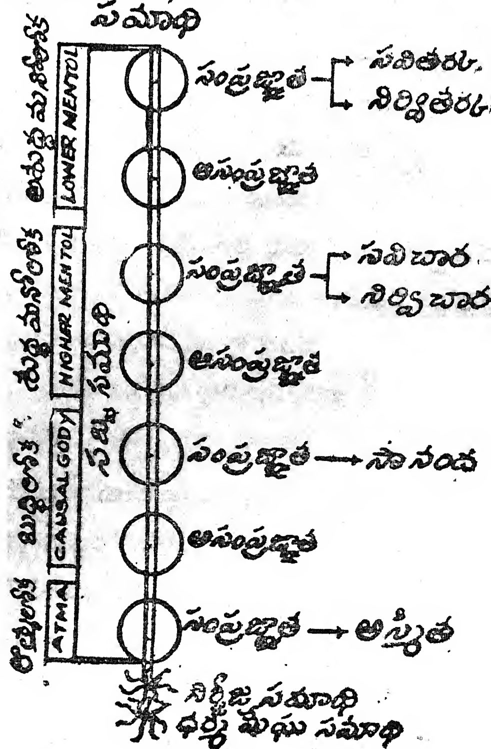
ఈ సూత్రములో వివరించిన విషయములు, దేశముయొక్క చిత్రపటమును పోలియుండును. దేశపటములో నదులు పర్వతములు పట్టణములుండును. కాని ఆ పర్వతపంక్తులు, ఆ నదులు చూచినట్లు కాదుకదా! ఈ వివరించిన విషయములు కేవలము సూచనలు మాత్రమే. సాధన వలననే సమాధ్యవస్థలో ఆయా లోకములలోని విషయములను గురించిన సత్యము అవగతము కాగలదు.

ఆయా లోకములలో ప్రజ్ఞ ఎంత కాలముండును? మరియొక లోకమునకు పోవుట కెంత కాలము పట్టును? అను ప్రశ్న వుదయించవచ్చును. ఇది సాధకుని అభ్యాసము యొక్క తీవ్రతను బట్టి, ఆతని సంస్కార శుద్ధిని బట్టి యుండును. ఒక్కొక లోకములో సాధకుడు ఆ లోకములోని విషయములు అవగతము చేసుకొనుటకు కొంత కాలము పట్టవచ్చును. తెలియని వూరికి వెళ్ళిన, అక్కడి పరిస్థితులు, ప్రజలు మొదలైన విషయములను తెలిసికొనుటకు కొంత కాలము పట్టునట్లు, కొత్తగా ఆ లోకములో ప్రవేశించిన సాధకునకు కొంత కాలము పట్టవచ్చును. కాని పూర్వానుభవముగల యోగికి క్షణ కాలములో ఒక్కొక్క లోకమును దాటి వెళ్ళ సాధ్యమగును.

అసంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ప్రజ్ఞ ఎట్లు పయనించును అను విషయమును ఒక శాస్త్రప్రయోగమువలన తెలిసికొనవచ్చును. ఒక చీకటి గదిలో రెండు వాకిండ్లు మాత్రమే వున్నది. అవి మూసివేసిన అంతయు అంధకారము, ఒక వైపు వాకిలికి ఒక చిన్న రంధ్రము చేసి, దాని ఎదురు వాకిలికికూడ నేరుగా మరియొక రంధ్రము చేసి మొదటి వాకిలికి చేసిన రంధ్రముగుండా శక్తివంతమైన కాంతికిరణము పంపిన, కాంతి

రేఖ మాత్రమే అగుపించును గాని, గదిలో వెలుతురుండదు. ఆ కాంతి కిరణమును చూడవచ్చును. ఆ కాంతి కిరణము త్రోవలో ఏదైన వస్తువు పెట్టిననే వెలుతురు ప్రతిఫలించును. విశ్వాంతరాళము అంతయు గాఢాంధకారము. సూర్యుడు మాత్రము ఒక కాంతి గోళమువలె అగుపడును. కాని మిగత ప్రదేశమంతయు చీకటియే!

ఈ సమాధిని గురించిన విషయములు కేవలము అనుభవైక వేద్యములు మాత్రమే. కాని యోగుల అనుభవాలును పురస్కరించుకొని ఒక దేశపటమువలె చిత్రించబడినది.

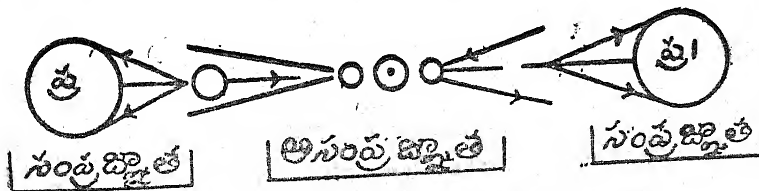


సూ॥ 18. విరామప్రత్యయాభ్యాస పూర్వః, సంస్కార విశేషోన్యః।

ప్రతిపదార్థము:- అభ్యాసపూర్వః = పూర్వాభ్యాసముయొక్క శక్తిచేత; ప్రత్యయః = ప్రత్యయమును (ధ్యానభూమికను) విరామ = వదలివేయుటచే; శేషః = మిగిలిన, అన్యః = మరియొక సమాధి, (అసంప్రజ్ఞాత సమాధి)

తా॥ పూర్వాభ్యాసముచేత పొందిన శక్తిచే, ధ్యాన భూమికను వదలివేయగా పొందెడి స్థితి అసంప్రజ్ఞాత సమాధి యనబడును.

వివరణ — ముందు ధ్యాన భూమికపై ప్రజ్ఞను కేంద్రీకరించి అభ్యాసము చేయుటవలన ప్రజ్ఞ మరింత శక్తివంతమైనది. భావమేమన ప్రజ్ఞకు అవరోధము కల్గించు సాత్విక రాజస తామసికవృత్తులు, వైరాగ్యాభ్యాసముచే తొలిగిపోయినవి. సర్వవృత్తుల అభావమే విరామము. మనోమయ కోశమునుండి విజ్ఞానమయ కోశమునకు ప్రజ్ఞ చేరు సంధి సమయములో ప్రత్యయము అదృశ్యమగును. ఈ సంధి స్థితి అసంప్రజ్ఞాత సమాధి. ఈ ప్రజ్ఞ లయ కేంద్రమును చేరును, ఈ లయకేంద్రము (బిందువును చేరగానే ఒక స్థూలతర లోకము నుండి, సూక్ష్మమగు కోశమును చేరును. నిరోధశక్తి తగినంత లేనపుడు ప్రజ్ఞ మరల స్థూలతర లోకములోని సంప్రజ్ఞాత సమాధి స్థితిని చేరును.



ఇచ్చట మరియొక విషయము తెలియనగును. పై పటములో ⊙ నిర్దేశించిన స్థానము లయకేంద్రము. ఇది జీవాత్మయొక్క

దేహములన్నిటికి కేంద్రస్థానము. ఈ కేంద్రమునుండియే ప్రజ్ఞ ఒక దేహమునుండి మరియొక దేహమునకు (కోశము) మార్పిడి చెందును.

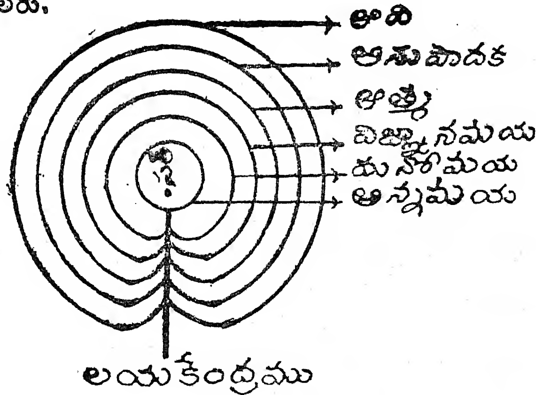
అన్ని శరీరములకు 'సత్' లయ కేంద్రము నుండియే చైతన్యము ప్రసరితమగుచుండును. ప్రజ్ఞ ఒక శరీరమునుండి మరియొక శరీరమునకు పయనించునట్లు తోచును. ఇది సరికాదు. ప్రజ్ఞ స్థిరముగానున్నది. కదలుచున్నది చిత్తమే. చిత్తవృత్తులు తామస, రజః సాత్వికములుగ పరిణామమును చెందుకొలది, చిత్తవృత్తులలో చాంచల్యత క్షీణించును. చిత్తము పరిశుద్ధ మగుచు వచ్చును. అపుడు చిత్తవృత్తులు నిరోధము పొందును. ఒక కోశమునకు మరియొక కోశమునకుగల అంతరాయములు తొలగును. (అంతరాయమును కల్పించినవి చిత్తవృత్తులే. చిత్తవృత్తుల చాంచల్యత తొలగి చిత్తము పరిశుద్ధత చెందినపుడు, ప్రజ్ఞ ప్రకాశము శక్తి ఇనుమడించును. ప్రజ్ఞ సూక్ష్మతరలోకములో ప్రకాశించును. కనుక మార్పు చెందుచుండెడిది, కదలుచుండెడిది, చిత్తమేకాని ప్రజ్ఞకాదు. ప్రజ్ఞ ఎల్లపుడు సుస్థిరముగనే యున్నది. చిత్తవృత్తుల అవరోధము నతిక్రమించిన ప్రజ్ఞ తానుండెడి 'సత్' స్థానము (లయ కేంద్రము) నుండి, ఏ కోశమునకైన కేంద్రీకరించ జేయవచ్చును. అపుడు ప్రజ్ఞ ఆయా కోశములందు ప్రకాశించి, ఆ కోశజ్ఞానమును పొందును. ముక్త పురుషులైన మహాత్ముల నిరోధశక్తి అసమానమైనది. ఈ కోశములన్నిటిని తరించి ఆత్మస్థానము చేరి, అక్కడనుండి తాము కోరిన ఏ కోశములోని విషయములనైన తెలిసికొనగలరు.

ఇక్కడ మరొక్క విషయముకూడ తెలిసికొనవలెను అన్ని కోశములకు కేంద్రస్థాన మొక్కటే. ప్రజ్ఞ ఒక కోశమునుండి మరియొక కోశములో పనిచేయవలసి ఈ లయ కేంద్రమునకు వచ్చి మరల అక్కడనుండి, ఏ కోశము లోనికైన వెళ్లవచ్చును. ఈ విషయము ఒక ఉదాహరణచే విదితమగును. పలు రస్తాలు ఒక కేంద్ర

ములో కలసి వేరువేరు దిశలకు వెళ్ళును. ఒక బాటసారి ఒక మార్గమున వెళ్ళి, మరియొక మార్గమునకు చేరవలెననిన ఆ కేంద్రమునకు వచ్చియే మరియొక మార్గమున పయనించవలసి యుండును.

మహాత్ములగు పురుషులు పూర్ణ ప్రజ్ఞ కలవారగుటచే, తలంచిన క్షణమున ఆయా కేంద్రము చేరి, తాము తలంచిన ఏ కోశమునైన చేరగలరు. చిత్తవృత్తుల సంపూర్ణముగ నిరోధించ బడినపుడే ఈ శక్తి లభించును.

కనుక ప్రత్యయముగు వదలి, ప్రజ్ఞ పరిపూర్ణముగ పని చేయ వలసిన, ముందుగ సంప్రజ్ఞాత సమాధిలో చక్కటి అనుభవమును పొంచి యుండవలెను. అపుడే అసంప్రజ్ఞాత సమాధిలో ప్రత్యయ మును వదలి పూర్ణ ప్రజ్ఞతో ఏ కోశమందైన యోగసాధకుడు సత్య దర్శనము పొందగలరు.



17, 18 సూత్రముల గురించి మరికొన్ని విషయములు తెలిసి కొనుటకు ప్రయత్నింతము సూత్రములో సమాధ్య వస్థలు తెలుపబడినవి.

1 — సవితర్క నిర్వితర్క సమాధులు.
2 — సవిచార నిర్విచార సమాధులు.
3 — సానంద, అస్మిత.

ధ్యానము చేయునపుడు ఏకాగ్రత కుదురుట కొరకు ఒక అవలంబన అవసరము. ఈ అవలంబననే 'ప్రత్యయము' అని సూత్రకారుడు నిర్వచించినాడు. ఈ ప్రత్యయమును ఆధారము చేసుకొని ఆయా సమాధ్యవస్థలలో వాటినిగూర్చి దీర్ఘముగా ధ్యానము చేయబడును.

ఈ ధ్యానభూమిక కలుగ ప్రకృతి తత్వములను తీసుకొనవచ్చును. సాంఖ్యశాస్త్రము ప్రకారముగా ప్రకృతి తత్వములు 24

5 పంచభూతములు — పృథ్వి, ఆప, తేజ, వాయు, ఆకాశము.

5 పంచ తన్మాత్రలు — గంధ, రస, రూప, స్పర్శ, శబ్ద.

5 పంచ జ్ఞానేంద్రియములు — త్వక్, చక్షు, శ్రోత్ర, జిహ్వా, ఆఘ్రణములు

5 పంచ కర్మేంద్రియములు — వాక్, పాణి, పాద, పాయు, ఉపస్థ.

4 మనస్సు, బుద్ధి. చిత్త, అహంకారము.

24 పై 24 తత్వములకన్న పరమైనది, అవ్యక్తము.

ఈ అవ్యక్తస్థితిలో ప్రకృతి పురుషులకు విభిన్నత లేదు.

ఈ అవ్యక్తము పరమాత్మయొక్క ఆవిర్భావము. ఈ కారణముచేత పరమాత్మ పురుషోత్తముడు. ఈతను సచ్చిదానందస్వరూపుడు.

మనోమయ కోశములో ధ్యానము జరుగునపుడు, పై వివరించిన ప్రకృతి తత్వములను ప్రత్యయములుగా తీసుకొనవచ్చును. ఈ ఎన్నుకొనిన ప్రకృతి తత్వములను ధ్యాన భూమికగా తీసుకొని వాటిని గురించి తీవ్రముగా యోచించుట (ధ్యానము చేయుట) సవితర్క, నిర్వితర్క సమాధి యనబడును. వితర్క, అనగా ప్రశ్నించుట. ప్రశ్నించుట యనగా ఆ తత్వమును గురించి క్షుణ్ణముగా తెలియజేయుమని ఆ తత్వమును ప్రార్థించుట. ఈ తత్వమును గురించి

తెలిసికొనుటవలన, ఆ తత్త్వముపై శక్తి లభించును. ఆ తత్త్వము యోగసాధకునికి స్వాధీనమగును. ఇది సిద్ధులను పొందుట, ఉత్తమ సాధకుని లక్ష్యముకాదు. కనుక ఆ శక్తిని తృణీకరించి, ఇంకను ఆ తత్త్వముయొక్క అంతరాంతరాళములోనికి ప్రజ్ఞను పంపగల్గిన స్థితి - నిర్వితర్క మనబడును. పృథ్వీతత్త్వమును ప్రత్యయముగా తీసుకొని తర్కించుటవలన పృథ్విని గురించి పూర్ణజ్ఞానము పొందవచ్చును.

ఇక ఇంతకన్న తీవ్రతరమైన సమాధ్యవస్థ సవిచార, నిర్విచార మనునవి. ఇపుడు తత్త్వముయొక్క తన్మాత్రప్రత్యయమగును. పృథ్వి యొక్క తన్మాత్ర 'గంధము'. గంధమును గురించి తీవ్రతరమైన ధ్యానము చేయబడును. ఈ స్థితిలో ప్రజ్ఞ శుద్ధ మనోమయ కోశములో నున్నది. ఇక్కడ ధ్యానము దేశ, కాలపరిధిలో చేయబడును. దేశకాల పరిధిని తరించి, ధ్యానము చేయగల్గుట, 'నిర్విచార' సమాధియనబడును.

పిదప కర్మేంద్రియములను జ్ఞానేంద్రియములను ధ్యానభూమి కలుగ చేసుకొని ధ్యానము చేయుటవలన పొందెడి స్థితి - 'సానంద' అని చెప్పవచ్చును.

తదుపరి స్థితిలో 'మనసు' ధ్యానభూమికయగును. మనసు దృక్ స్థానమునుండి, దృశ్యస్థానమునకు వచ్చినది. దృశ్యస్థానము లోనికి మనసు వచ్చుటచే, మనసుపై పూర్ణమైన అధికారము లభించును. మనసు స్వాధీనమగును. ఇపుడు ప్రజ్ఞ విజ్ఞానమయ కోశములో పని చేయుచున్నది.

ఇంకను ధ్యానము తీవ్రతరముకాగా, బుద్ధి ప్రత్యయమగును. ఇపుడు ప్రజ్ఞ ఆనందమయకోశములో నున్నది. ఈ స్థితి - 'అస్మిత' సమాధ్యవస్థ యనబడును. మనసు బుద్ధి పూర్తిగ స్వాధీనమైనది.

ఇంతకన్న తీవ్రతరమగు ధ్యానావస్థలో, అహంకారము ప్రత్యయమైనది. ఈ స్థితిలో అహంకారము పూర్తిగా స్వాధీనము లోనికి వచ్చినది. ఆత్మనుండి ప్రభవించిన చైతన్యము ఆత్మ చేరినది

నేను, నేనుగా వుండు స్థితియే అద్వైతస్థితి, ప్రజ్ఞానాంశువైన జీవుడు స్వస్థానము చేరుకున్నాడు.

స్థూలాది సాధులలో పొందవలసిన అన్ని అనుభవములను పొంది, ప్రజ్ఞ మరల తన స్వస్థానము చేరుకొన్నది.

కొందరు సాధకులు ఈ స్థితిలో దేహమును త్యజించి, విదేహులై ప్రకృతిలో లయమగుదురు. వీరు 'ప్రకృతి లయులు' అని పేర్కొన బడినారు. ప్రకృతి లయులు కానివారు మరొక్క అడుగు ముందువేసి, ధర్మమేఘమును దాటి కైవల్యమును పొందుదురు. ఇదియే కైవల్యము.

ఈ కైవల్యస్థితిలో నుండి మరల నెమ్మది నెమ్మదిగ స్థూల దేహమును పొంది, తాము పొందిన ఆనందమును, ఇతరులకు పొందజేసె వారినికూడ ఉద్ధరించుటకు కృషి సాగించువారు, మహాత్ములు.

ఈ కైవల్యస్థితిలో మానవుని ఉపాధులన్నియు స్వచ్ఛములై వెలయును. ధ్యానము తీవ్రతరమగు కొలది, స్థూలకోశముల నావరించిన పూర్వజన్మల మలము భస్మీభూతమగును. రసాయన ద్రవ్యములో వేసిన కల్తీ బంగారు శుద్ధియైనట్లు తీవ్రముగ ధ్యానముచేయుచురాగా, వితర్క విచారముల ప్రభావముచే అజ్ఞానము అంతయు భస్మమై పోవును. మంటలో ఎండిన కట్టెలతోపాటు పచ్చి కట్టెలు కూడ దగ్ధమైనట్లు, సమాధిస్థితిలోనికి చైతన్యము వెళ్ళినపుడు మంచి, చెడు అన్ని సంస్కారములు దగ్ధములై, చైతన్యము గుణ రహితమై ఒప్పును. స్వచ్ఛమైన స్ఫటికమువలె భాసించును. ఇదియే శుద్ధ, బుద్ధ ముక్త స్థితిలో నుండెడి ఆత్మయొక్క సహజస్థితి.

పంచ కోశాతీతుడైన బ్రహ్మవిదుడు అత్యంత శక్తివంతుడై, పరమాత్ముని శక్తిని ప్రతిబింబించును. కైవల్యస్థితిని పొందిన సాధకుని శక్తిని ఉపనిషత్తులు ఈ విధముగ ప్రశంసించినవి.

భీషాస్మాద్వాతః పవతే! భీషోదేతి సూర్యః।
భీషాస్మాదగ్నిశ్చేంద్రశ్చ!॥

ఈ ఆత్మ విదుని చూచి పంచభూతములు భీతిచెంది, ఆతని సేవకులు భీతితో వర్తింతురు. ఇట్టి శక్తి నిలయుడైన యోగి ఏమి కోరిన అది సిద్ధించగలదు. కాని అతనికి కోరికలు లేవు. ఈ స్థితిలో నున్న యోగి కేవలము కైవల్య సాధుకగు భగవంతుడే యగును.

సూ॥ **19.** భవప్రత్యయో విదేహ ప్రకృతి లయానామ్।

ప్రతిపదార్థము:- విదేహ ప్రకృతి లయానామ్ = విదేహులకు, ప్రకృతి లయములకలుగ సంప్రజ్ఞాత సమాధి. భవప్రత్యయః = పుట్టుక కారణముచే లభించును. మరొక అర్థము = భవ ప్రత్యయ మన బడును.

తా॥ యోగులలో విదేహులు, ప్రకృతి లయులు అను రెండు తెగలుకలవు. వారికి సంప్రజ్ఞతా సమాధి, సాధనచేతగాక, పుట్టుకతో, పూర్వజన్మ సంస్కారముచే లభించును.

వివరణ:- విదేహులు, ప్రకృతి లయులను రెండు తెగలకు సంబంధించిన యోగులు, 20-వ సూత్రములో వివరించిన శ్రద్ధా, వీర్య, స్మృతులవలన చేయబడిన సాధనచేయకనే, సంప్రజ్ఞాత సమాధి స్థితి పొందుదురు. బహుశా పూర్వజన్మలలో వారు గావించిన సాధన ఫలితముగా శక్తి లభించి యుండవచ్చును. వీరికి సిద్ధులు లభించును. ప్రపంచములో ఇట్టి సిద్ధులను ప్రకటించువారు Psychics అనబడు చున్నారు. పరకాయి ప్రవేశశక్తులు కలిగి యుండు యోగులు విదేహులు.

ప్రకృతిలయులు:-

18 వ సూత్రములో వివరించిన యోగులు కొందరు, పంచ తన్మాత్రలలో దేనినేని ప్రత్యయముగా చేసుకొని సాధన గావించి, ఆ సిద్ధినిపొంది ఆ స్థితిలో దేహత్యాగము గావించి, ప్రకృతిలో లయ

మగుదురు. వీరికి సంప్రజ్ఞాత సమాధి లభించినను, వారు మరొక అడుగు ముందిడక ప్రకృతిలో లయమగుచున్నారు.

ఇట్టి విదేహులై ప్రకృతిలో లయమగు యోగులు ఉత్తమ తరగతికి చెందిన యోగులుకాదు. వీరికి దేహములలో విరక్తి కలిగినను పురుషఖ్యాతి లభించదు. పురుషఖ్యాతి యనగా, ప్రకృతి పురుష వివేకజ్ఞానము పొందిన చిత్తము యుండుట. వివేకఖ్యాతి కలిగించని చిత్తము చరితార్థముకాదు. కొంతకాలము ప్రకృతి మహత్తత్వాదులలో లీనమైయుండి, వృత్తి శూన్యతవలన సమాధిలో కలుగు కైవల్యసుఖమువంటి సుఖము కలిగించి నిరోధబలము నశింపగనే మరల జన్మము నొందుదురు. కనుక ఇట్టి సమాధిస్థితి హేయము కాని, పరమార్థము కానేరదు. వీరు ఉత్తమస్థితికి చెందిన యోగులు కారు.

సూ॥ 20. శ్రద్ధా వీర్య స్మృతి సమాధిప్రజ్ఞా పూర్వక ఇతరేషామ్ ।

ప్రతిపదార్థము:- ఇతరేషాం = 19-వ సూత్రములో చెప్పబడిన విదేహ ప్రకృతి లయులకోవలకు చెందని సాధకులు. శ్రద్ధ = విశ్వాసము, వీర్య = ఇచ్ఛాశక్తి బలము కలవారై, స్మృతి = అసమాన మేధాసంపత్తిగలవారు, సమాధిప్రజ్ఞ = సమాధిప్రజ్ఞను పొందగలుగుదురు.

తా॥ విదేహప్రకృతి లయులు కాని యోగ సాధకులు — శాస్త్రపద్ధతిలో శ్రద్ధా, వీర్య, స్మృతులు మేధావిత్వమును పొంది, సమాధిస్థితిని పొందుదురు.

వివరణ:- విదేహప్రకృతి లయులు అను యోగులను గురించి 19-వ సూత్రములో వివరించబడినది. ఈ రెండు తెగలకు చెందని సాధకుల కుండవలసిన లక్షణములు, ఈ సూత్రములో వివరించబడినవి. ఇందు పేర్కొనబడిన నాలుగు లక్షణములు కేవలము సూచన

మాత్రముగ చేయబడినవియను, నియమాది లక్షణములు ప్రత్యేకముగా వివరించబడినవి. యోగవిద్య, బహు కష్టసాధ్యము. అని ధారావ్రతముగ ఆచరించవలెను. తీవ్రేచ్ఛగలవారు అతి శీఘ్రముగ సమాధిస్థితిని పొందగలరు.

(1) శ్రద్ధ:- సాధకునకు తన లక్ష్యమందును, తాను అనుసరించు మార్గమందును అచంచలమైన విశ్వాసముండవలెను, ఐహికాముష్మిక విషయములందు తృష్ణా రహితుడు కాగా, చిత్తమునందు కలుగు యోగ విషయికమైన అభిరుచి, శ్రద్ధ అని కొన్ని గ్రంథములు శ్రద్ధను నిర్వచించుచున్నవి. ఇట్టి విశ్వాసము, అభిరుచి వున్నపుడే ఈ సాధనలోని కష్టతర సమస్యలను ధైర్యముతో నెదుర్కొనగలరు. శ్రద్ధావంతుడైన సాధకునకు అమితోత్సాహముండవలెను.

(2) వీర్య:- సాధనలో కలుగు అవరోధములను ఎదుర్కొను శక్తి, బలము, వీర్యము అని నిర్వచించ బడినది. ధైర్యము, స్థైర్యము, అనునవి సాధకుని ఇచ్ఛాశక్తియొక్క బలమువలన లభించును.

(3) స్మృతి:- జ్ఞాపకశక్తియే స్మృతి, తన లక్ష్యమును ఎపుడు జ్ఞప్తియందుంచుకొనవలెను. తన గురువు ఉపదేశించిన విషయములను జ్ఞప్తియందుంచుకొనవలెను. సద్గురువు ఒక్కతూరియే సూచనలిచ్చును. ఈ సూచనలు సాధకుని మనసులో గాఢముగ హత్తుకొని యుండవలెను. ఇట్టి స్మృతి యున్నపుడే, సాధనలో అవరోధములు కలిగినపుడు, గురూపదేశములు స్మృతి పథమునకు వచ్చి, మార్గమున కలిగిన అడ్డంకులను తొలుగజేయును సామాన్యముగా తెలిసినవారుకూడ తప్పులు చేయుచుందురు ఇందుకు కారణము స్మృతిలోని దోషమే. ఇట్టి సత్ స్మృతి పొందియుండుట సాధకునికి అత్యవసరము.

(4) సమాధిప్రజ్ఞ:- సమాధిస్థితిని పొందునేర్పు సమాధిప్రజ్ఞ. సమాధిప్రజ్ఞకల సాధకుడు అది శీఘ్రముగ సమాధిస్థితిని పొందగలడు

యోగాంగానుష్ఠానము వలన కలుగు సంప్రజ్ఞాత సమాధియే, ఇచ్చట సూచించబడినది.

ఈ నాల్గు లక్షణములు సూచన ప్రాయములు మాత్రమే. వివేక చూడామణిలో చెప్పబడిన సాధన చతుష్టయము, అష్టాంగ యోగములోని యమ, నియమములన్నియు, యోగసాధకుడు పొందవలసిన లక్షణములుగా తెలియవలెను.

సూ॥ 21. తీవ్ర సంవేగానా మాసన్నః ।

ప్రతిపదార్థము:- తీవ్ర సంవేగానాం = తీవ్రేచ్ఛగల వారలకు ఆసన్నః = శీఘ్రముగ లభించును.

తా॥ తీవ్రమైన ఇచ్ఛగలవారలు సమాధిస్థితిని అతిశీఘ్రముగ పొందగలరు.

వివరణ:- తీవ్రమైన దృఢతరమైన ఆకాంక్షకలవారు, తమ సాధనలో శీఘ్రముగ కృతకృత్యులై, సమాధిస్థితిని అత్యంత శీఘ్రముగ పొందగలరు. సామాన్య ప్రాపంచిక లాభము పొందగోరువారు ఎంతో దీక్షతో కార్యసాధనను గడంగుదురు. అట్టియెడ మానవజన్మయొక్క లక్ష్యమైన కైవల్యసిద్ధి పొందగోరు వారెంతటి తీవ్రమైన ఇచ్ఛ, సాధన కావించవలసి యుండునో, తెలియనగును.

బలహీనులు, అలసులు, మందబుద్ధులు, విషయాసక్తులు, ఆధ్యాత్మిక మార్గములో పురోగతి నొందజాలరు.

సూ॥ 22. మృదు, మధ్యాధిమాత్రత్వా త్తతోఽపివిశేషః ।

ప్రతిపదార్థము:- మృదు మధ్య, అధిమాత్ర = సామాన్యము, మధ్యము, అధిమాత్ర అను మూడు భేదములు కలదగుట వలన తతోఽపి విశేషః = అంతకంటెను సత్వరముగ సమాధి లభించును.

తా॥ తీవ్రేచ్ఛతో పాటు, సాధన మృదు, మధ్యము, అధిమాత్ర అను భేదములను బట్టి లక్ష్య సాధనయొక్క త్వరితగతి ఆధారపడియుండును.

వివరణ:- సామాన్య ప్రాపంచిక విషయ సాధనములలో కూడ, ఈ సూత్రము అనుష్ఠేయము. తన గమ్యము చేరదలచిన ప్రయాణీకుడు, ఎద్దులబండి, మోటారు, రైలు, విమానము, అను సాధనముల నుపయోగించి తన లక్ష్యమును చేరవచ్చును. సత్వరముగ వెళ్ళదలచిన విమానయానము చేయును. ఈ మార్గములనే పిపీలికా, విహంగ మార్గములని కూడ వేదాంత పరిభాషలో చెప్పుచున్నారు. అధిమాత్ర = అనగా తీవ్రతరమైన సాధన.

కైవల్య సాధనకు అష్టాంగయోగ మార్గముగాక మరి యితర మార్గములు కలవు. అందులో ప్రధానమైనది. ఈశ్వర ప్రణిధానము. ఈ విషయము 24 వ సూత్రములో వివరించబడుచున్నది.

17 నుండి 22 వరకు - సమాధ్యవస్థల గురించి వివరించబడినది.

17 లో సమాధ్యవస్థలలో వివిధ దశలు - సంప్రజ్ఞాత సమాధిని గురించిన వివరణ.

18 లో అసంప్రజ్ఞాత సమాధి.

19 లో విదేహ, ప్రకృతిలయులను యోగుల గురించిన వివరణ.

20 లో సమాధిప్రజ్ఞ పొందువారి కుండవలసిన లక్షణములు శ్రద్ధ, వీర్య, స్మృతి, సమాధిప్రజ్ఞ.

21 లో తీవ్రముగ కృషి యొనర్చుటవలన సత్వరముగ సమాధ్యవస్థను పొందవచ్చును.

22 లో సాధనా భేదములు - మృదు, మధ్యము, అధిమాత్ర.

సూ॥ 23. ఈశ్వర ప్రణిధానా ద్వా।

ప్రతిపదార్థము:- ఈశ్వర = ఈశ్వరుని, ప్రణిధానాద్వా = సంపూర్ణముగ అర్పణ చేసుకొనుట వలన (సమాధిస్థితి లభించును.)

తా॥ ఈశ్వరునికి సంపూర్ణముగ అర్పణ చేసుకొనుట వలన కూడ సమాధ్యవస్థను పొందవచ్చును.

వివరణ:- 1 నుండి 16-వ సూత్రము వరకు చిత్తవృత్తి నిరోధమును గురించిన వివరణ 17 నుండి 22 వరకు సమాధ్యవస్థ, అందులోని తరతమ భేదములగురించి వివరించబడినది. 23 నుండి 25 వరకు ఈశ్వరుని యొక్క లక్షణములు. ఈశ్వర ప్రణిధానమును గురించిన వివరణ చేయబడినది.

సమాధిని పొందుటకు చిత్తవృత్తి నిరోధము మాత్రమే గాక ఇతర మార్గములుకూడ గలవు. అందులో ముఖ్యమైన మార్గము — ఈశ్వర ప్రణిధానము. మరికొన్ని మార్గములుకూడ గలవు.

పతంజలి మహర్షి నిరీశ్వరవాది అని ఒక అపోహకలదు. ఈ సూత్రముల వలన పతంజలి మహర్షి ఈశ్వర విశ్వాసము కలవారని దృఢపడుచున్నది. కపిలసాంఖ్య సూత్రములలో ఈశ్వరుని గురించి ప్రసక్తియే లేదు. ప్రకృతియే సృష్టి స్థితి లయములకు మూలమని కపిల మహర్షి సూత్రములు వివరించుచున్నవి. కనుక కపిల సాంఖ్యమును నిరీశ్వర సాంఖ్యమని పేర్కొన్నారు.

పతంజలి మహర్షి నియమ సాధనలో, ఈశ్వర ప్రణిధానమును చేర్చినాడు (శౌచ, సంతోష, తపస్స్వాధ్యాయ, ఈశ్వరప్రణిధానాని నియమః) మరల సాధనపాదము మొదటి సూత్రములో తపస్స్వాధ్యాయ ఈశ్వర ప్రణిధానాని క్రియాయోగః, అని ఈశ్వర ప్రణిధానము యొక్క ప్రాశస్త్యము గుర్తించబడినది.

ఈ కారణముల చేత పతంజలి యోగ సూత్రములు, సేశ్వర సాంఖ్యమని ప్రసిద్ధి చెందినవి,

మరొక్క విశేషమేమన, కపిల సాంఖ్యములో సిద్ధాంత భాగము మాత్రమున్నదిగాని, సాధనా విధానమును వివరించలేదు. కాని పతంజలి యోగ సూత్రములు సిద్ధాంత భాగముతో పాటు, సాధనకూడ వివరించినవి,

అవిద్యా క్షయమునకు ఈశ్వర ప్రణిధానము ఒక చక్కటి మార్గముగ పతంజలి పేర్కొన్నారు.

ఈశ్వర ప్రణిధానమనిన ఈశ్వరేచ్ఛతో సాధకుడు తన ఇచ్ఛను లయమొందించుట, దీనినే 'ప్రణతి' అని అందురు. సర్వసమర్పణ భావముతో అన్ని భారములు ఈశ్వరునిపై నుంచి తాను కేవలము పరమేశ్వరుని ఉపకరణముగా భావించి జీవించుట. మనము పొందు సమస్త సుఖదుఃఖములు ఈశ్వరేచ్ఛ ప్రకారమే జరుగును. కనుక ద్వంద్వములను సమదృష్టితో ఈశ్వరప్రసాదమని భావించి అసంగతతో సమస్త కర్మలను పరమేశ్వర కార్యములని భావించి మెలగుట ప్రణిధానములోని ముఖ్యాంశము. అన్ని మనమంచి కొరకే అని ప్రాప్తించిన లేశమైనా పదివేలుగా భావించి, తాను కేవలము ఈశ్వరుని చేతిలోని ఉపకరణమని తలంచి కర్తృత్వ భావమును విసర్జించి సమస్త కర్మలు ఈశ్వర ప్రేరితములని ఫలమును ఈశ్వరార్పణ గావించుటచే అహంకార క్షయమగును. అహంకారము తొలగుచు రాగా అవిద్య తొలగును. జ్ఞానవికాసము లభించి తనయందు అఖిలభూతముల యందు ఒక సమభావముతో ప్రవర్తించును.

అంతయు ఆ పరమేశ్వరుని కళావిభవమను భావముచే పుష్టి నందియుండుటచే, అజ్ఞానము తొలగి జ్ఞాన ప్రకాశము లభించును, జ్ఞాన ప్రకాశముచే వివేకము లభించును. తత్ఫలితముగా ఈశ్వరునితో ఐక్యత లభించును. భక్తుడు భక్తి భగవంతుడను త్రిపుటి నశించును. త్రిపుటి నశించుటయే కైవల్యసిద్ధి. కనుక ఈశ్వర ప్రణిధానము వలన కైవల్యము సిద్ధించును అని పతంజలి మహర్షి యీ సూత్రములో వివరించిరి.

24 వ సూత్రములో ఈశ్వరుని స్వరూపనిర్ణయము చేయబడినది.

సూ॥ **24.** క్లేశకర్మ విపాకాశయై రపరామృష్టః పురుష విశేషః ఈశ్వరః ॥

ప్రతిపదార్థము:- క్లేశకర్మ = దుఃఖము కర్మము, విపాకాశయైః = కర్మఫలముచే (జాతి ఆయువు భోగము వికాసమునకు అనుగుణ్యములైన వాసనలకు) అపరామృష్టః = సంబంధము లేని, పురుషవిశేషః = పురుషోత్తముడు, ఈశ్వరః = ఈశ్వరు డనబడును.

తా॥ దుఃఖము, కర్మ, కర్మఫలములకు సంబంధము లేని పురుషోత్తముడు, ఈశ్వరుడు.

వివరణ:- ఈశ్వరుడు క్లేశము, కర్మ, కర్మఫలముచే బద్ధుడు కాని ఉత్తమ పురుషుడు, 25 వ సూత్రములో ఆతను సర్వజ్ఞుడని చెప్పబడినాడు.

పరిణామ నిఃశ్రేణిలో అధికార పురుషులెందరో కలరు, వారందరు క్లేశ కర్మ విపాకాశముల ననుభవించి ముక్తపురుషులైనారు. దివ్యజ్ఞాన సమాజ గ్రంథములలో ఈ వుత్తమ పురుషుని నిఃశ్రేణీ వివరించబడినది. జ్ఞాన దీక్షలు పొందిన ముక్తపురుషుల సంఘములో మొదటివారు ఏడు రేఖలకు చెందినవారు. వారికన్న వున్నతదశలో నున్న ముగ్గురు, మనువు, మైత్రేయ, మహాచోహానులు. అంతకన్న ఉత్తమదశలో నున్నవారు బుద్ధుడు. తదుపరి ఈ భూమండలాధిపతియైన సనత్కుమారులు. వారికన్న ఉన్నతదశలో నున్నవారు వుపద్రష్ట (Silent watcher) ఇట్టి అధికార పురుషవర్గము మిగత గ్రహములలో కూడ నుండవచ్చును. భూమి సౌరమండలములో పరిణామము చెందుచున్న గ్రహములలో నొక్కటి. ఈ గ్రహమునకు అధినేత ప్రభువు సనత్కుమారులు. భూమి సౌరమండలములోని ఒక చిన్నగ్రహము. భూమి తన జీవమును సౌరబ్రహ్మ నుండి పొందుచున్నది. అతనే సౌరమండలాధిపతి సూర్యనారాయణుడు.

ఈ మండలములో నుండిన గ్రహముల కన్నింటికి ప్రభువు. ఇతనే పురుషోత్తముడుగా చెప్పబడిన ఈశ్వరుడు.

విశ్వములో అనేకకోటి నీహారికలు (Galaxis) కలవు. ఒకొక్క నీహారికలో కొన్నికోట్ల నక్షత్రములు కలవు. ఒకొక్క నక్షత్రము ఒక బ్రహ్మాండము. సూర్యుడను నక్షత్రము క్షీరసాగరము (Milkyway) అనే నీహారికలోని ఒక నక్షత్రము. ఇది సౌర బ్రహ్మాండము. ఈ బ్రహ్మాండమునకు ప్రభువు సూర్యభగవానుడు అనేక కోటి బ్రహ్మాండములకు శక్తి ప్రదాతయైన మహాశక్తివంతుడైన ప్రభువు ఒకడుండవలెనని వూహించవచ్చును. ఇటువంటి నీహారికలు విశ్వములో కొన్నికోట్లు కలవు. ఈ నీహారికల ప్రభువులకు అధినేత హిరణ్యగర్భుడు, సగుణబ్రహ్మ. ఈ సగుణబ్రహ్మ నిర్గుణబ్రహ్మయొక్క పరరూపము. ఈ నిర్గుణ బ్రహ్మయే పరమాత్మ. అతని ఇచ్ఛమేరకే ఈ విశ్వమంతయు సృష్టి, స్థితి లయములను పొందుచున్నది.

కాని ఈ భూమండలమునకు సంబంధించినంతవరకు పురుషోత్తముడైన ప్రభువు సౌరమండలాధిపతి. ఇతనే ఈశ్వరుడు. ఈతనే క్లేశ కర్మ విపాకాశయముల కతీతుడైన ఈశ్వరుడు. ఈతనే పురుషోత్తముడు. ఈ సౌరమండలములో జరుగు ప్రతి అంశము అతని సంకల్పం మేరకే జరుగును. ఈతను సర్వజ్ఞుడు. సర్వశక్తి సమన్వితుడు. కైవల్యము - లేక ముక్తుడైన పురుషుడు. ఈ స్థితిని పొందు అవకాశము ఎంతైనా కలదు.

సూ॥ 25. తత్ర నిరతిశయం సర్వజ్ఞ బీజమ్ ।

ప్రతిపదార్థము:- తత్ర = అతనిలో, సర్వజ్ఞబీజం = సర్వజ్ఞత నిరతిశయం = పూర్ణముగ నున్నది.

తా॥ సర్వజ్ఞత్వమునకు ఈశ్వరుడు పరాకాష్ట.

వివరణ:- సర్వజ్ఞత్వమునకు పరాకాష్ట ఈశ్వరుడు. సౌర బ్రహ్మాండమంతయు అతని సంకల్పమునకు లోనైనది. ఈ సౌర

బ్రహ్మాండములో సౌర బ్రహ్మకు తెలియనిదేదియు లేదు. అతనిశక్తి కన్నియు దిగువే.

ఇటువంటి బ్రహ్మాండములు క్షీరసాగరము (Milky ways) అను నీహారికలలో కోటానుకోట్లు కలవు. ఇటువంటి నీహారికలు విశ్వములో కోటానుకోట్లు వెలయుచున్నవి. దీనిలో ఎన్ని బ్రహ్మాండములు బ్రహ్మాండాధిపతులు కలరో వారి జ్ఞానమెంతటిదో వూహించుట అసాధ్యము. ఈ బ్రహ్మాండముల కన్నింటికి శక్తినిచ్చి వాటిని నియమించు హిరణ్యగర్భుని శక్తి, జ్ఞాన మెంతటిదో వూహించ నలవి కానిది.

కాని మనవరకు ఇప్పటి దశలో సౌర బ్రహ్మాండానికి నాయకుడైన సూర్యుడే - ఈశ్వరుడని తెలియవలయును.

సూ॥ 26. సః పూర్వేషామపి గురుః కాలేనానవచ్ఛేదాత్ ।

ప్రతిపదార్థము:- సః = ఆ పరమపురుషుడు, పూర్వేషామపి = సనాతన కాలమునుండియు, (పరమ ఋషులకుగూడ) గురుః = గురుడు, (ఏలనన) కాలేన = కాలముచేత, అనవచ్ఛేదాత్ = బాధింపబడడు (కాలాతీతుడు.)

తా॥ 25 వ సూత్రములో చెప్పబడిన సర్వజ్ఞుడైన ఆ పరమ పురుషుడు కాలమున కతీతుడు. అతను పరమ ఋషులకు గూడా గురువు - అతనే ఇప్పటికి గురువు.

వివరణ:- భగవద్గీత 4 వ అధ్యాయములోని ప్రథమ శ్లోకములో పరమగురువైన కృష్ణభగవానుడు. నేను ఈ యోగమును మొట్ట మొదట సూర్యునకుపదేశించితిని; అతను తనకుమారుడైన వివస్వంతునకు, అతను మనువునకు, మనువు ఇక్ష్వాకునకు నుపదేశించెను, ఈ విధముగా పరంపరగా జ్ఞానము గురువుచే పొందబడుచున్నది.

పరమపురుషుడు, సౌరబ్రహ్మాండాధినేత అయిన సూర్య భగ వానునికే గురువు, సూర్యుని వయసు 195 కోట్ల సంవత్సరములని ఆర్ష సంప్రదాయము అభిప్రాయము. ఈ కల్పము ప్రారంభమై 195 కోట్ల సంవత్సరములు పాశ్చాత్యశాస్త్రజ్ఞులు సూర్యుని వయస్సు 200 కోట్లని చెప్పుచున్నారు. కనుక జ్ఞానపూర్ణుడైన పరమగురుడు, యీ పరమపురుషుడే - అందరకు గురువే. ఈ పరమ గురువునే దక్షిణామూర్తిగా వర్ణిస్తున్నారు. దక్షిణామూర్తి సదా షోడశ ప్రాయముగల యువకునివలె వుండును. అతని శిష్యులు కడు వృద్ధులు. వారికి మౌనవ్యాఖ్యచే బోధగావించును. ఈ విషయాన్ని ఈ శ్లోకం వ్యక్తం చేస్తుంది.

శ్లో॥ చిత్రం వటతరోర్మూలే వృద్ధా శిష్యాగురుర్యువా।
గురోస్తు మౌనం వ్యాఖ్యానం శిష్యాస్తు ఛిన్నసంశయాః॥

పరమపురుషుడు సత్య జ్ఞానానంద స్వరూపుడు. ఈ విశ్వ మంతయు ఆతని సంకల్పముచేతనే ఆవిర్భవించి మన గల్గుచున్నది. అనంతమై లయ తప్పక నిర్వహిస్తున్న ఆ పరమ పురుషుని జ్ఞానము అనంతము. అందుకే ఆ పరమ పురుషుడు "జ్ఞానానంద మయం దేవం నిర్మల స్ఫటికాకృతం, ఆధారం సర్వవిద్యానాం" అని స్తుతించ బడుచున్నాడు.

కనుక ఈ పరమ పురుషుడు ఏయే కాలానికి ఎట్టి జ్ఞానము యిచ్చిన ఆ కాలములోని మానవాళి తమ ధర్మమును చక్కగా నిర్వర్తించగలదో అట్టి జ్ఞానమును ఆయాకాలములో తన్నుతాను సృజించుకొని ధర్మ సంస్థాపన చేయును. మత ప్రవక్తలందరు యీ జగద్గురుని సంకల్పముచే ధర్మమును బోధించిరి.

ఇట్టి జ్ఞానము శ్రద్ధాభక్తులతో లోక కళ్యాణార్థము గురువులు బోధించిరి. అందులకే "గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహే శ్వరః। గురు స్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః।" అని గురునకు నమస్కారము చేయుచున్నాము.

జ్ఞానమునకు నిధి వేదవిజ్ఞానము. అట్టి వేదము అపౌరుషేయము. అనగా మానవమాత్రుని మనస్సుచే ప్రచురితమైనది కాదు. అందుకే పరబ్రహ్మను వేదవేద్యుడుగా ప్రస్తుతించుచున్నారు. వేదవేద్యుడు, జ్ఞానస్వరూపుడు, సర్వశక్తి సమన్వితుడగు ఆ పరమేశ్వరుని సంకల్పాను సారము ఈ సృష్టికార్యము జరుగుతూవుంది.

జ్ఞానమును ప్రతిపాదించుటకు ఈశ్వరుడు అవతారమెత్తును లేదా గురువులకు ప్రబోధముజేసి వారివలన జ్ఞానమును మానవాళికి పొందజేయును

ద్వాపరయుగములో కృష్ణభగవానుడు సూర్యునకెట్లుపదేశించగల్గెనని అర్జునుని సందేహమును కృష్ణుడు తీర్చెను.

"అర్జునా! నా జన్మకర్మలు దివ్యములు. నేను దేశకాలములకు అతీతుడను. నా జన్మల గురించి నాకు తెలియును. కర్మజన్ములైన మానవులకు తెలియవు కాని కర్మను ప్రభువునగు నాకు అన్నియు తెలియును.

అమరసింహుడు ఆ పరమ పురుషుని యీ విధంగా స్తుతించారు:

"యస్యజ్ఞాన దయాసింధో రగాధస్యా నఘాగుణాః"

కనుక పరమ పురుషుడైన ఈశ్వరుడు జ్ఞానసింధువు అనుటలో ఎట్టి ఆశ్చర్యము లేదు.

సూ॥ 27. తస్య వాచకః ప్రణవః ।

తస్య = ఆ ఈశ్వరుని, వాచకః = నామము, ప్రణవః = ప్రణవము, ఓంకారము.

తా॥ ఈశ్వరుని నామము ప్రణవము.

వివరణ:- ఈశ్వరుడు అవాఙ్మానసగోచరుడు. అతన్ని వ్యక్తము చేయు సంజ్ఞ ప్రణవము. అదియే "ఓం". "ఓం ఇత్యే కాక్షరం బ్రహ్మ" అని శృతి ప్రమాణము.

శబ్దము సృష్టికి మూలము. ఈ శబ్దమే ఓంకారము. ఓంకారము వాచకము. 'బ్రహ్మ' వాచ్యము. వాచ్యము వాచకరూపమున స్థూలలోకములో ప్రకటితమౌచున్నది. వాచ్యము వాచకము రెంటికి అవినాభావ సంబంధము. వాచ్యమున్ననే వాచకముండును. తెలియబడునది ఒక్కటి వున్నప్పుడే తెలియుట అనునది వుండును. ఓంకార స్వరూపుడగు శబ్దబ్రహ్మకు "బహుస్యాం ప్రజాయేతి" నేను అనేకమగుదును గాక అను సంకల్పము కల్గినది. అంతవరకు పరబ్రహ్మ ఒక్కటే 'ఏకం సత్' ఈ సంకల్పము ఆదిలో 'ఓం'కారముగ వ్యక్తమైనది. ఈ శబ్దమువలన శబ్ద బ్రహ్మలో స్పందములు కలిగినది. ఈ స్పందమువలన ప్రకృతి ఆవిర్భవించినది. ఈ మూల ప్రకృతియే మహాకాశము. ఈశ్వరసంకల్పముచే ప్రభావమైన 'ఓం'కారము మహాకాశమును మధించినది. ఈ మధనము ప్రభావముచేత మహాకాశములో అసంఖ్యాకములగు కేంద్రములు ఏర్పడినవి ఈ కేంద్రములే గెలక్సీలు నీహారికలు (Gelexy) గా ఏర్పడినవి. ఒక్కొక్క గెలిక్సీలో కొన్నికోట్ల నక్షత్రములు ఏర్పడినవి. ఈ నక్షత్రము ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక బ్రహ్మాండము. మనముండు భూమి సౌర బ్రహ్మాండములోని ఒక గ్రహము. ఈ ప్రకారముగ 'ఓం' కారముచే కలిగిన స్పందముచే ఈ విశ్వము ఏర్పడినది.

'ఓం'కారము పరబ్రహ్మస్వరూపము. పరబ్రహ్మ ఆనందమయుడు. పరబ్రహ్మకు సత్, చిత్ రెండు ముఖములు. ఒకే నాణ్యమునకు రెండు వైపులున్నట్లు సత్, చిత్ పరబ్రహ్మకు రెండు ముఖములు. ఎక్కడ ఉనికి (Being) వున్నదో అక్కడ చైతన్యముండును (Concirousness) 'శబ్దము' ఉనికికి, చైతన్యము మూలము. ఓంకార జనిత స్పందమువలన జడముగా నుండిన మూల ప్రకృతి చైతన్యవంతమైనది. స్పందములు వివిధ రీతులలో సంయోగమగుటవలన రూపము లేర్పడినవి. ఈ భావమునే బైబుల్ లో ST John లో ఈ విధముగ చెప్పబడినది.

All things are made by HIM (word)
And without Him was not any thing made.
In Him was the life and the life was the light of Him.

శబ్దము వలన స్పందములు, స్పందముల వలన పదార్థము ఎటుల ఉత్పన్నమైనదో ఈ నాడు శాస్త్రపరిశోధనలు తెలియ జేసినవి.

శక్తి (Energy) పదార్థము ద్రవ్యము (Matter) ఈ రెండు వేరుకావు. రూపాంతరము చెందుట వలన శక్తి ద్రవ్యము కాగలదు, ద్రవ్యము శక్తిగా రూపొందగలదు. ఈ విషయము ప్రఖ్యాత శాస్త్రజ్ఞుడు ఐన్‌స్టీన్ కనుగొన్న సూత్రము వ్యక్తము చేయుచున్నది.

సూత్రము $E = M\ (M\ m)c^2$

Ex. అనగా శక్తి M = అనగా పదార్థము. C అనగా కాలము. ఇంతేకాదు. దృశ్యమాన ప్రపంచమంతయు శబ్దము వలన ఏర్పడినది. ఆదిశబ్దము (ఓంకారము) వలన స్పందములు, స్పందము వివిధరీతులలో సంయోగమగుటవలన వివిధరూపములైన ద్రవ్యములు ఏర్పడినవి. ఈ ద్రవ్యము అగుటలో సూక్ష్మమైన ఈ ఒక్కొక్క అణువు అత్యంతమైన శక్తి కేంద్రము.

స్పందములు ఆకాశములో సంచలనము గావించును. ఈ సంచలనములన శబ్దము తదుపరి కాంతి. X Ray కిరణములు. ఆకాశములో సంచలనము వలన వాయువు, వాయువు సంచలనము వలన అగ్నిగను, అగ్ని నుండి నీరు, నీటినుండి భూమి ఉత్పన్నమైనది. ఈ విషయము జినరాజదాసగారు తమ గ్రంథములో వివరించిరి. ఈ విషయములు మన అవగాహనకు ఉపకరించును. (124 వ పుట)

ఒక లోలకము (Pendulam) గాలిలో వూగిన గాలిలో స్పందములుత్పన్నమగును. సెకెండుకు $15\frac{1}{2}$ స్పందములచే ఉత్పన్నమైన శబ్దము 'ఆర్గన్' అను సంగీత యంత్రములో మొదటిస్థాయి.

అంతస్తులు (Steps)		సెకెండుకు స్పందములు
1	Steps	2 స్పందములు
5	,,	32 ,, శబ్దేంద్రియము వినగలుగుట ప్రారంభము
6	,,	64 ,,
15	,,	32, 768 ,, శబ్దేంద్రియములు వినలేదు
20	,,	10, 45, 576 ,, విద్యుత్ అలలు ప్రారంభము
35	,,	34, 35, 97, 38, 364 ,, విద్యుత్ అలలు అంతము
45	,,	35, 184, 372, 088, 332 మానవుడు చూడగలిగిన కాంతి అలలు
50	,,	125, 899, 906, 842, 624 - కాంతిని చూడలేము
58	,, X Ray	288, 230, 376, 151, 711, 744 X Ray కిరణములు ప్రారంభం

గమనిక:- ఒక్కొక్క మెట్టులోని అలలను రెండుచే హెచ్చించిన తదుపరి మెట్టు లోని స్పందముల సంఖ్య తెలియవచ్చును.

[1, మెట్టులో 2, దీనిని రెండుతో హెచ్చించిన, రెండవ మెట్టులోని అలల సంఖ్య - 4. 3-వ మెట్టులోని అలల సంఖ్య 4 × 2 = 8 ఈ ప్రకారంగా లెక్కించవలెను]

ఈ పరిశోధనలో తెలిసికొనిన దేమన మనము ప్రపంచములో చక్షు స్పందముల వలన ఉత్పన్నమైనవియే.

దృశ్య శ్రవణేంద్రియముల విషయములకు సంబంధించి యీ పరిశోధన జరిగింది. స్పర్శ, రసన గంధ విషయములలో పరిశోధన జరిగినట్లు లేదు.

ఆకాశమునుండి వాయువు, వాయువునుండి అగ్ని, అగ్ని నుండి జలము, జలము నుండి భూమి ఉత్పన్నమైనవి. ఆకాశము నుండి

శబ్దము, శబ్ద ప్రభావముచే మూల ప్రకృతిలో వాయువు కలుగునని తెలిసికొనుము. ఇవి అన్నియు శబ్దము వలన కలిగినవే అదేవిధముగ వాయువునకు సంబంధించిన అణువులు సంయోగమై స్థూల తరమైన ద్రవ్య విశేషము ఉద్భవ మగును. అపుడు అగ్ని (Temperature) అగ్నియొక్క స్థూలతరమగు అణువుల సంయోగముచేత ద్రవ పదార్థము, తదుపరి ద్రవపదార్థమునుండి స్థూల తరమగు పృథివీ ద్రవ్యము ఏర్పడును. కనుక విశ్వమంతయు శబ్దముచే ఉత్పన్నమైనదే.

బైబుల్‌లో (Bible) "In the beginning there was 'word'. The word was god. The word was with God" ఈ బైబిల్‌లోని వాక్యము 'ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ' అను వాక్యము ఒక్కటే సత్యమును వ్యక్తము చేయుచున్నవనుటలో సందేహము లేదు.

ఓంకారము - శక్తి (Energy)

ఆకాశము - ప్రకృతి (matter) ఈ రెంటి సంయోగము సృష్టికి కారణము.

శబ్ద బ్రహ్మ - సత్, చిత్, ఆనంద స్వరూపుడు. అతని చిత్ శక్తియే చైతన్యము. ఇట్టి చైతన్యము బ్రహ్మ చైతన్యము (Universal Conciousirs) అతనియొక్క సత్ రూపము (Being) ఎక్కడెక్కడ సత్ పదార్థము కలదో అక్కడ చైతన్యము ప్రత్యక్షమగు చుండును. ఆనందము ఆతని స్వరూపము, నాణెము అనుకొనిన దాని రెండువైపుల బొమ్మ బొరుసు, సత్ చిత్‌లుగా తెలిసికొన వచ్చును.

మానవుని దేహములు (స్థూల, కామ, మానసిక) ప్రకృతి లోని సూక్ష్మ, సూక్ష్మతర, సూక్ష్మతమ అణువులతో నిర్మించబడినవి. ఒక్కొక దేహము ఒక్కొక చైతన్యము కలిగియున్నది. కొన్ని స్పందములు ఇచ్ఛాశక్తిచే ఈ దేహములను స్పందింప జేసిన, ఆ

దేహ చైతన్యము ప్రకోపింప చేయవచ్చును. ఇట్టి స్పందములు మంత్ర ప్రభావము చే కల్గించవచ్చును. ఇందువలన ఆ దేహములోని అణు సముదాయ సమీకరణములో మార్పు వచ్చును. అతి సూక్ష్మమైన స్పందములను ప్రభావితము చేయగల ఓంకారము చేత ఆయా శరీరములలోని ముదుగు అణువులు స్థానభ్రష్టమై ఆ శరీరములను విడిచి పెట్టును. ఈ విధముగ ఓంకారముచే ఉపాధులు పరిశుద్ధములగును. సంస్కృత భాషలో 52 అక్షరములు గలవు. ఈ అక్షర సంయోగముచే పదములు ఏర్పడినది. కొన్ని అక్షరముల కలయిక చే ఏర్పడిన పదము అత్యంతశక్తి సంపన్నమై యుండును. కొన్ని పదములు తిట్టుగా ఏర్పడి ఇతరులలో కోపము, దుఃఖమును కలిగించును. మరికొన్ని అక్షరములు కలిసిన మాటలు సంతోషమును కలుగ జేయును. మంత్రశాస్త్ర ప్రకారము కొన్ని అక్షములు బీజాక్షరములుగ గుర్తించబడినవి. ఈ బీజాక్షరములు మంత్రముగా ఏర్పడును. కొన్ని మంత్రములకు అర్థముండదు 'ఇరుకు' అనే బాధను నివారించు మంత్రములోని పదములకు అర్థము లేదు. గోరక్ష్ అనేది ఒక పాము మంత్రము. పాము కాటుకు ఈ పదానికి సంబంధము లేదు. "ఓం" అనే మంత్రము అ ఉ మ అనే అక్షరములచే యేర్పడినది. మంత్రద్రష్టలైన మహర్షులు తమ సమాధి స్థితిలో ఈ మంత్రము పరబ్రహ్మవాచకముగా తెలిసికొనిరి. ఈ సత్యమును తెలిసికొనదలచిన మనము యోగసాధన గావించి "ఓం" ను ప్రతీకగా తీసుకొని దానిని సవితర్క నిర్వితర్క సవిచార నిర్విచార, సానంద మున్నగు సమాధి స్థితులలో విచారించిన 'ఓం' కారమును పరబ్రహ్మకు ప్రతీకగా తెలిసికొన వచ్చును.

సూ॥ 28. తజ్జపః తదర్థభావనమ్ ।

ప్రతిపదార్థము:- తత్ = ఆ ప్రణవమును, జపః = జపము

చేయుటవలన, తత్ = ఆ ప్రణవముయొక్క, అర్థభావనం = దాని అర్థమును గురించి భావించుట లేక ధ్యానం చేయుట.

తా॥ జపమనగా ఆ మంత్రముయొక్క అర్థమును గురించి దీర్ఘముగ ఆలోచన చేయుట లేక ధ్యానం చేయుట.

వివరణ:- ప్రణవజపము చేయవలసిన శబ్దవాచ్యుడగు ఆ పరబ్రహ్మమును గురించి దీర్ఘముగ యోచించుట. ప్రణవము ఈశ్వరుని ప్రతీక. ప్రణవజపము ప్రణవవాచ్యుడగు పరమపురుషుడు జ్ఞాపకమునకు రావలెను కనుక జపము చేయుట అనగా కేవలము మంత్రము చెప్పుచు జపమాలను త్రిప్పుట కాదు. అర్థభావన చేయుచు ఆ మంత్రమును స్మరించవలెను. అనగా ఆ మంత్రము స్మరించినపుడు మనసు ఆ మంత్రార్థముపైననే లగ్నము కావలెను.

వాక్కు నాలుగు విధములు. (1) వైఖరి, (2) మధ్యమ, (3) పశ్యంతి, (4) పరా వైఖరి - (1) వినబడునట్లు పలుకుట. ఈ విధముగ జపము చేయుటవలన స్థూలదేహము ప్రభావితమగును. (2) పైకి వినబడకుండ పెదవులు మాత్రము కదులుచుండు విధము - మధ్యమ అనబడుచున్నది. ఈ విధమగు జపమువలన కామదేహము ప్రభావితమగును. (3) మనస్సులో జపించుటవలన సువర్లోకము లోని అణువులు ప్రభావితము లగును. (4) మంత్రార్థముతో తాదాత్మ్యము నొందుటవలన కారణ దేహములోని అణువులు ప్రభావితము లగును. ఇది 'పరా' అని పేరొందినది.

ఈ విధముగ జపసాధన గావించుటవలన మానవుని స్థూల సూక్ష్మ దేహములలోని అణు సముదాయములో స్పందములు కలుగుటచేత ఆ దేహములలోని స్థూలములైన అణువులు దేహమును వదలిపోవును. కనుక జపసాధనచే మానవుని దేహములన్నియు పరిశుద్ధమగుటచే యోగసాధన సులభతరమగును.

సూ॥ **29.** తతః ప్రత్యక్చేతనాధిగమోఽప్యన్తరాయా
భావశ్చ ।

ప్రతిపదార్థము:- తతః = జపసాధనవలన ప్రత్యక్ చేతనా = అంతర్ముఖ చైతన్యము, అధిగమః = పొందనగును, అపి = మరియు, అంతరాయః = ఈ స్థితిని పొందుటకు అభ్యాసకులు పొందుటకు గల అవరోధములు, అభావఃచ = తొలగును.

తా॥ ఓంకార జపసాధనవలన అంతర్ముఖ చైతన్యము పొందుటకు గల అభ్యంతరములు తొలగును. అంతర్ముఖ చైతన్యము పొందవచ్చును.

వివరణ:- చైతన్యము రెండు విధములు. ఒకటి ప్రత్యక్ చేతన, రెండవది పరాజ్ చేతన,

ప్రత్యక్ చేతన - ఇచట ప్రజ్ఞ అంతర్ముఖము నొందును. సామాన్యముగ చేతన బహిర్ముఖమై యుండును, విషయాసక్తమై యుండును. విషయముల నుండి నెమ్మది నెమ్మదిగ చైతన్యమును మరలించవలెను. బాహ్య విషయాసక్తమైన మనసు విక్షేపము చెందుచున్నది. విక్షేపమన ఎప్పుడు కదులుచు అస్థిరముగ నుండుట విక్షేపమునకు కారణములు. 30వ సూత్రములో చెప్పబడినవి. బహిర్ముఖమైన మనసు అంతర్ముఖముగ చేయుటయే యోగసాధనా లక్ష్యము. ఇచ్ఛాశక్తిచే శ్రద్ధాసక్తులచే సాధన తీవ్రతరము అగుచు రాగా చైతన్యము ఒక్కొక స్థూలమగు కోశమును అధిగమించుచు చైతన్యకేంద్రమైన ఆత్మచైతన్యములో ఐక్యత నొందును. ఆత్మ చైతన్యములో ఐక్యత పొందుటవలన ఆత్మయొక్క ఇచ్ఛాశక్తి ప్రభావముచేత ప్రకాశవంతమగును శుద్ధ మనస్సుయొక్క జ్ఞానమును పొందును. ఇట్టి స్థితి సమాధ్యవస్థలోనే పొంద సాధ్యమగును. ఇక రెండవ లాభము సమాధిస్థితిని పొందుటకు గల అంతరాయములు తొలగుట.

ప్రణవ జపము వలన యీ జపప్రభావము చే ఆయా దేహము లలోని సూక్ష్మాణువులు శక్తివంతములై స్పందించుట చేత ఆ స్పంద వేగములకు తట్టుకొనలేక స్థూలాణువులు ఆయా దేహముల నుండి వెనుకకు నెట్టివేయబడును. శరీరములు పరిశుద్ధములగును. అందు చేత అన్నికోశములకు సామరస్యత లభించును.

28, 29, సూత్రములలో ప్రణవము, ప్రణవోపాసన, ప్రణవో పాసన వలన కలుగు ప్రత్యక్చేతనల గురించి వివరించబడినవి. 23 నుండి 29 సూత్రములు ఈశ్వరత్వమును గురించి. ఈశ్వర ప్రణి ధానము వలన యోగసిద్ధి లభించును. ఈశ్వరుని స్వభావము, ఆతను సర్వజ్ఞుడు, లోకగురుడు, ఆతని సంజ్ఞ ప్రణవము ప్రణవో పాసన వలన కలుగు ఫలముల గురించి వివరించినవి.

ఈశ్వర ప్రణిధాన మొనర్చు యోగికి అంతర్ముఖ చైతన్యము సాధనలోగల అంతరాయములు తొలగునని 29-వ సూత్రములో వివరించబడినవి.

30 వ సూత్రములో సాధనలోగల అంతరాయము లేవో వివరించబడినవి.

సూ॥ 30. వ్యాధిస్త్యాన సంశయ ప్రమాద ఆలస్య అవి రతి భ్రాంతిదర్శన అలబ్ధభూమికత్వానవస్థితత్వాని చిత్త విక్షేపాః తేఽన్తరాయాః।

ప్రతిపదార్థము:- తే = దానికి (యోగసాధనకు), వ్యాధి = శరీరమునకు కలుగు అనారోగ్యము, స్త్యాన = మాంద్యత (Dulness) సంశయః = యోగసిద్ధి కలుగునో కలుగదో అను అనుమానము ప్రమాదః = ఏమరుపాటు (Carelessness) ఆలస్య = అలసత (laziness) అవిరతి = ఇంద్రియార్థములపై ఆసక్తి కలిగియుండుట, భ్రాంతిదర్శన = ఒకదానిని మరియొకదానిగా భావించుట, అలబ్ధ

భూమికత్వ=తాను పొందవలసిన అనుభవమును పొందలేకపోతి నను బాధ, అనవస్థితత్వం = చిత్త భూమికలను పొందియు, దానిపై నిలకడ లేకపోవుట, చిత్తవిక్షేపాః = మనస్సు చంచలత (విక్షేపము) పొందుటకు కారణములు, అంతరాయాః = ఇవన్నియు యోగసాధకుని మార్గములోని అడ్డంకులు.

తా॥ యోగసాధనకు చిత్త చాంచల్యము తీరని అవరోధము, శరీర అనారోగ్యము, మాంద్యత, ఏమరుపాటు, సోమరితనము, ఇంద్రియార్థములపై అనురాగము, భ్రాంతి, తాను పొందవలసిన ఆధ్యాత్మిక అనుభవములు పొందలేక పోతినను భావము, లభించిన చిత్త భూమికపై మనసును ఏకాగ్రము చేయలేకుండుట, ఇవన్నియు చిత్తవిక్షేపమునకు కారణములు.

వివరణ:- చిత్తవృత్తి నిరోధము యోగము, చిత్తవృత్తులను నిరోధించు ప్రయత్నములో పొందెడి అంతరాయములు, 30, 31 సూత్రములలో వివరింపబడినవి. ఈ అంతరాయములను తొలగించు మార్గములు 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38 లో వివరించబడినవి.

ఈ సూత్రములో వివరించబడిన అభ్యంతరములు, (1) వ్యాధి, (2) స్త్యాన, (3) సంశయ, (4) ప్రమాద, (5) ఆలస్య, (6) అవిరతి, (7) అలబ్ధభూమిక, (8) భ్రాంతిదర్శన అనావస్థిత్వము.

చిత్త విక్షేపమునకు కారణమేమో ముందుగ తెలిసికొనుటకు ప్రయత్నింతము. అద్దములో వస్తువుల ప్రతిబింబము చూడవచ్చును. అద్దము వొంకర టింకరలతో కూడ నున్నను, అద్దముపై దుమ్ము ధూళి పడియుండినను, అద్దముపై ఏదైన తెరవుండినను ప్రతిబింబ దర్శనము సాధ్యముకాదు. బాహ్యవిషయములు ఇంద్రియములచే గ్రహించబడి, మనసునకు పొందజేయును, మనసు వాటిని గ్రహించి జీవున కెరుక పరచును. జీవున కెరుక పరచుటలో ఇంద్రియములు మనసు మాధ్యమికములు (mediums) ఈ మాధ్యమికములలో

దోషముండిన, బాహ్యావస్తువులు ఉన్నవి ఉన్నట్లు జీవున కెరుకపడ జాలవు.

మనోమయకోశ నిర్మాణమునకుప యోగించ బడిన అణువులు పరిణామములో చాలా వెనుకబడియున్నవి. అవి స్థూలతర లోకము లోనికి చొచ్చుకొని పోవుట వాటి పరిణామము. కనుక అవి ఎప్పు డును అధోగమనమునకై ప్రయత్నించుచుండును. అది మనోమయ కోశ అణువుల స్వభావము. కాని జీవుడు ఈ దశలను దాటి ఊర్ధ్వ ముఖుడుగ పరిణామము చెందుచున్నాడు. ఈ పరిణామములో అతనికి మనోమయకోశము ఒక ఉపాధి, వాహనము. వాహనము క్రిందికి లాగుచున్నది. తాను పైకి పోవలసినవాడు. కనుక ఎప్పుడును ఈ సంఘర్షణము జరుగుచుండును. ఈ సంఘర్షణయే చిత్త వైకల్య మునకు అస్థిరతకు కారణము. వివేకముతో జీవుడు ఈ సంఘర్షణను తొలగించుకొనవచ్చును. ఈ సూత్రములో చెప్పబడిన అభ్యంతర ములు ఈ సంఘర్షణలకు కారణములు. కనుక చిత్తముయొక్క అస్థి రతకు కారణములు తెలిసికొని దానిని స్థిరత చెందుటకు మార్గములు 32 నుండి 38 వరకు చెప్పబడినవి.

1. వ్యాధి:- ఈ శరీరము ఆరోగ్యముగా నుండిననే మనసు ప్రశాంతముగ నుండును. వ్యాధి వలన మనసు వికలత నొందును. ఏకాగ్రత నొందజాలదు. కనుక ఆసన ప్రాణాయామములచే శారీరక బాధలను తొలగించుకొనవచ్చును.

స్త్యాన:- మాంద్యత (Dulness) ఇది తమోగుణ ప్రవృత్తి వలన కలుగును. రజోగుణముచే తమోగుణమును, సత్వగుణముచే రజోగుణమును జయించవచ్చును. తుదకు త్రిగుణాతీత స్థితి పొంద నగును. చదువ దలచినపుడు నిద్రవచ్చును. పని చేయవలసినపుడు చేయక మరల చేయవచ్చునులే అని చేయవలసిన పనిని వాయిదా వేయుచుండును. జీవుడు తనయొక్క ఇచ్ఛాశక్తితో దేహమును

తన స్వాధీనములోనికి తెచ్చుకొనవచ్చును. క్రమశిక్షణచేత ఈ మాంద్యత తొలగును.

వ్యాధిస్త్యాన, ఈ రెండు దేహామునకు ఇంద్రియములకు సంబంధించినవి.

3. సంశయము:- సంశయము మనసుకు సంబంధించినది. ఇందుకు కారణము ఆత్మ విశ్వాసము లేకుండుట. లక్ష్యశుద్ధి లేకుండుట. ఆప్తవాక్యములపై బోధనలపై విశ్వాసము లేకుండుట. ఒక నిర్ణయమునకు వచ్చుటకు పూర్వాపరములు బాగా యోచించవలెను. నిర్ణయము వివేకము వలనను, ఆత్మవిశ్వాసము వలనను చేయవలెను. వివేక శూన్యులకు, ఆత్మవిశ్వాసము లేని వారికి అన్నియు సంశయములే. 'సంశయాత్మా వినశ్యతి' అని గీతాప్రబోధము. ఇట్టి సంశయాత్మనే ఆంగ్లములో (Douting Thomas) అని అందురు.

ఒక గురువు భగవన్నామముపై విశ్వాసముండిన ఎట్టి అడ్డంకులైనను సులభముగ దాటవచ్చునని బోధించెను. శిష్యునికి గురుబోధపై విశ్వాసము కుదిరింది. గురువు నదికి అవ్వలి గట్టున వుండినాడు. నదికి వరద వచ్చినది. గురువును చేరదలచిన శిష్యుడు గురుబోధపై గల విశ్వాసమును చేయూతగగొని భగవన్నామ స్మరణ చేయుచు నదిని సులభముగ దాటి వచ్చెను. గురువునకు ఆశ్చర్యమైనది. గురువు కేవలము బోధకుడు. కాని శిష్యునికి గురుబోధపై అచంచల విశ్వాసము కలదు. అందుకే ఎట్టి సంశయము లేక భగవన్నామ ముచ్చరించుచు వరదతోనున్న నదిని దాటగలిగెను.

4. ప్రమాదము:- అజాగ్రత; ఏమరుపాటులో చేయుపనులు జాగ్రత్తగా చేయవలెను. సదా జాగరూకతతో మెలగుట ఆధ్యాత్మిక సాధనలో అతి ముఖ్యమైనది. (Ever awarness) జాగరూకత ప్రాపంచిక విషయములలో కూడ అతిముఖ్యమైనది. కర్మాగారాలలో విద్యుత్ సంబంధమైన యంత్ర నిర్వహణలలో ఏ మాత్రము అజాగ్ర

త్తగ ప్రవర్తించిన ప్రాణహాని కలుగవచ్చును. అజాగ్రత్త తమో గుణమునకు సంబంధించినది. కనుక జాగరూకతతో మెలంగుట, ప్రాపంచిక విషయములందు ఆధ్యాత్మ సాధనలో అత్యంత ముఖ్య మైనది. యోగమనగా కర్మలలో కుశలత అని భగవద్గీత ఉపదేశించు చున్నది.

5. అలసత:- (Laziness) మజ్జుతనము, ఇదికూడ తామస ప్రవృత్తికి సంబంధించినది. చేయవలసిన పనిని చేయవలసిన కాల ములో సక్రమముగ చేయగల్గుట వలన క్రమశిక్షణవలన అలసత తొలగును. గొప్ప గొప్ప వ్యాపార సంస్థల నిర్వహించువారు ప్రభుత్వ ములో ఉన్నతస్థాయిలో వున్న వుద్యోగులు ఎంతో చురుకుగా పని చేయుచుందురు. ప్రతి నిమిషము వారు అత్యంత విలువ అయినదిగా భావింతురు. వారు ఎప్పుడు చేయవలసిన పనిని అప్పుడు చేయు చుందురు. రేపు మాపని వాయిదా వేయరు. కనుక ఇచ్ఛాశక్తిని ఉపయోగించి అలసతను లేకుండ చేసుకొనవలెను. ఫలాశక్తితో కార్యము అంత చురుకుగా చేయుదురో, ఫలాసక్తిలేక లోక కళ్యా ణము కొరకు చురుకుగా చేయుట ఆధ్యాత్మిక సాధకుల కర్తవ్యము.

6. అవిరతి:- విషయానురక్తి, (wordly mindedness) యోగ సాధకునకు అనాసక్తి అత్యావసరము. సాధన చతుష్టయములో పేర్కొనబడిన ఇహాముత్ర ఫల భోగానురక్తి, సాధకుడు పొంద వలసిన ముఖ్య గుణములలో నొకటి. వైరాగ్యసాధనచే మనసు అలజడి పొందదు.

7. భ్రాంతి:- ఉన్నది లేనట్లు, లేనిది ఉన్నట్లు భావించుట భ్రాంతి. ఎండమావులను నీరుగా భావించుట, గాజు పెంకును రత్న ముగా తలపోయుట భ్రాంతి. అశాశ్వతము లైనవాటిని శాశ్వతము లని భావించుట భ్రాంతి. భ్రాంతికి కారణము అజ్ఞానము, అవిద్య. కనుక ఖచ్చితమైన జ్ఞానమునుపొంది భ్రాంతిని తొలగించుకొనుట

అత్యంత అవసరము. ఉన్నది ఉన్నట్లు తెలిసికొనుట సత్యదర్శనము, ఆధ్యాత్మిక సాధనకు మూలము.

8. అలబ్ధి భూమికత్వము:- ధ్యాన, ధారణ సమాధులలో ఒక్కొక్క దశలో ఒక్కొక్క అనుభవము కలుగును. వీటినే ధ్యాన భూమికలు అందురు. ఒక మెట్టునుండి మరియొక్క మెట్టుకు చేర వలెనను తొందరపాటు అలబ్ధిభూమికలోని విషయము. ముందుమెట్టు చేరకపోతినే ఎప్పుడు చేరుదునా అను తొందరపాటు. తొందరపాటు ధ్యానాభ్యాసనకు గొప్ప అంతరాయము. సాధన ఎంత తీవ్రముగా చేసినను పూర్వజన్మ కర్మక్షయము కావలయును. కర్మఫలమును చూడవలెనను కాంక్ష అలబ్ధి భూమికలోని ముఖ్యాంశము. అతి సూక్ష్మమైన ఫలాపేక్ష అలబ్ధి భూమిక. కనుక తీవ్ర వైరాగ్యము పొందుటచే ఈ అభ్యంతరము తొలగగలదు,

9. అనవస్థితత్వము:- చిత్త భూమికలను పొందియు అట నిలకడ లేకుండుట. అలబ్ధి భూమిక ఎంతటి చిత్తక్షోభమును కల్గించునో అనవస్థితత్వముకూడ అంత క్షోభను కల్గించును. పొందవలసిన భూమి కను పొందినను దానిపై ఏకాగ్రత లభించకుండుట. ఏకాగ్రత లభించలేదే, స్థిరత్వము చేకూరలేదే అని బాధపడుట నిష్ప్రయో జనము. ఏకాగ్రత లభించనపుడు మరింత ఇచ్ఛాబలమును తోడు చేసుకొని ఏకాగ్రతను పొందవలెనేగాని చింతించుటవలన ఫలము సున్న. వీరుడు తాను పరాజయము పొందితినని బాధపడక ప్రతి అపజయము జయమునకు మరొక మెట్టు. (Failure is the stepping stone to success) అను భావముతో తీవ్రతరముగ కృషి సలుపునే గాని బాధపడడు. కనుక దీక్షతో తీవ్రేచ్ఛాబలముతో అనవస్థితత్వము అను అంతరాయమును సాధకుడు తరించగలడు.

సూ॥ 31. దుఃఖదౌర్మనస్యాంగమేజయత్వ శ్వాస ప్రశ్వాసా విక్షేప సహ భువః ।

ప్రతి:- దుఃఖ = దుఃఖము, దౌర్మనస్య = క్రుంగిపోవుట, అంగ మేజయత్వ = శరీరము వణకుట, శ్వాసప్రశ్వాసః = ఊపిరాడకుండుట, విక్షేప సహాభువః = విక్షేపావస్థ పొందినపుడు కలుగును, మనస్సు నిలకడ లేకుండుటకు చిహ్నములు.

తా॥ దేహబాధ, క్రుంగిపోవుట, శరీరము వణకుట, సరిగ వూపిరి పీల్చలేక పోవుట ఇవన్నియు 30-వ సూత్రములో చెప్పబడిన అంతరాయములకు లక్షణములు.

వివరణ:- 30-వ సూత్రములో యోగసాధకుని మార్గములో అవరోధాలుగా వర్ణించబడినవి. అంతరాయము కలుగుచున్నదనుటకు ముందు కొన్ని సూచనలు కనుబడును. ఆ సూచనల గమనించి సాధకుడు కడు జాగ్రత్తగా అంతరాయములను నివారించి ముందుకు సాగిపోవలెను.

ఈ సూచనలు దుఃఖము, క్రుంగిపోవుట, శరీరములో వణకులు, ఊపిరి చక్కగా ఆడకుండుట అనునవి, రోగిలక్షణములను (Symptons) బట్టి రోగమేకో కనుగొనుటకు వైద్యుడు ప్రయత్నించును అదేవిధముగా యోగసాధకుడు తనలో క్రొత్తగా అగుపించే లక్షణాలను పరిశీలించి తనను పీడించుచున్న రుగ్మత యేదో తెలిసికొని దాని నివారణకు ప్రయత్నించును. సాధకులు ఒక్కొకపుడు ఒక్కొక విధమైన దుఃఖమును పొందుచుందురు. అట్లాగే క్రుంగిపోతున్నట్లు దుర్బలతను పొందుచున్నట్లు కూడ అనుభవమును పొందుచుండుట సామాన్యము. ఊపిరి పీల్చుటలో కొంత పొడకట్టుతూవుంటుంది. ఇవన్నీ గమనించి తనసాధనలో ఏదో ఇబ్బంది అంతరాయమున్నదని తెలిసికొని తానే స్వయంగా యోచించియో లేదా అనుభవజ్ఞులైన సాధకులను సంప్రదించియో, యోగసాధనలో

తాము పొందుచున్న అంతరాయములను తెలిసికొని దానికి తగిన నివారణోపాయములను ఆలోచించి అంతరాయములను అధిగమించుటకు ప్రయత్నించవలెను.

సూ॥ 32. 'తత్ప్రతిషేధార్థమేక తత్త్వాభ్యాసః ।'

ప్రతిపదార్థము:- తత్ప్రతిషేధార్థం = ఆ అంతరాయములను అధిగమించుటకు, ఏక తత్త్వాభ్యాసః = ఏక తత్త్వాభ్యాసమును గావించవలెను.

తా॥ యోగాభ్యాసమునకు కలుగు అంతరాయములను నివారించుటకు సాధకుడు ఏకతత్త్వాభ్యాసము చేయవలెను.

వివరణ:- 30-వ సూత్రములో చెప్పబడిన అంతరాయములను నివారించుటకు ఈ సూత్రములో ఏకతత్త్వాభ్యాసము ఒక ఉపాయముగ చెప్పబడినది. ఏక తత్త్వము అనగా ఈశ్వర తత్త్వమే అని వాచస్పతి మిశ్ర వ్యాఖ్యానించినారు.

చిత్త మెపుడును నిలకడ లేనిదై వస్తువుయొక్క ఆకారమును పొందుచుండును. ఇదియు క్షణ, క్షణము మారుచుండును. అభ్యాస వైరాగ్యములు చిత్తవృత్తి నిరోధకములని ప్రప్రథముననే చెప్పబడినది. కాని యిక్కడ ఒక ప్రత్యేకమైన అభ్యాసము నిర్వచించబడినది.

కొందరు ఏకతత్త్వమనిన ఏదో యొక స్థూల తత్త్వము అని అభిప్రాయ పడుచున్నారు (Making the mind to take the form of an abject) స్థూల వస్తువులను ఏక తత్త్వాభ్యాసానికి భూమికగా తీసుకొనుటకన్న భగవత్స్వరూపమునే భూమికగా తీసికొని, దానిపై మనసును కేంద్రీకరించుట ఉత్తమ పద్ధతిగా తోచుచున్నది. ఈ పద్ధతి యోగసూత్రములకు అనుగుణ్యమైనది. ఎందుకన ఈశ్వర ప్రణిధానము, యోగస్థితికి ఒక ముఖ్యలక్షణముగా 23-వ

సూత్రములో చెప్పబడినది. కనుక ఏకతత్త్వాభ్యాసమునకు ఈశ్వర తత్త్వమును భూమికగా గైకొనుట ఉత్తమోత్తమము.

యస్మిన్ సర్వాణి భూతాని ఆత్మైవా భూద్విజానతః।
తత్రకో మోహః, కశ్శోకః ఏకత్వమనుపశ్యతః ।

సూ॥ 33. మైత్రీ కరుణాముదితోపేక్షాణాం సుఖదుఃఖ పుణ్యాపుణ్య విషయాణాం భావనాతశ్చిత్త ప్రసాదనమ్।

ప్రతి:- సుఖదుఃఖ = సుఖము, దుఃఖము, పుణ్య అపుణ్య విషయాణాం = సద్విషయములు (పుణ్యపరములగు విషయములు) అపుణ్య = పుణ్యం కలిగించని విషయముల యెడ, మైత్రి = మిత్ర భావము, కరుణ = దయాభావము, ముదిత = సంతోషము, భావనాతః = భావించుట వలన చిత్తప్రసాదనం = ప్రసన్నమైన మనసు పొందవచ్చును.

తా॥ సుఖము కల్గించు విషయములపై మైత్రి, దుఃఖముల కల్గించు వాటియెడ కరుణ, పుణ్యవిషయముల యెడ సంతోషము పాపకార్యముల యెడ ఉదాసీన భావము కల్గియుండుటవలన మనః ప్రసాదము లభించును.

వివరణ:- యోగసాధనకు ప్రశాంత చిత్తము అవసరము, యోగసాధకుడు ప్రపంచములో జీవిస్తున్నాడు. ప్రాపంచిక విషయముల యెడ ఏ వైఖరి అవసరమో దానిని అవలంబించి చిత్త ప్రసాదమును పొందవలెను. కొన్ని పరిస్థితులలో ఉద్వేగము పొందుదుము, కోపము కలుగవచ్చును. కాని అపుడు ఉద్విగ్నత లేక ప్రశాంతత చెందుటను అభ్యసించ వలెను. ఒకరు దూషింతురు. కోపము వచ్చును. మరల వారిని రెండంతలు దూషింతుము. అందువలన చిత్తము ఎక్కువగా క్షోభించును. దుఃఖము కలిగించు విషయముల యెడ అనుద్విగ్నమైన మనసు కలిగియుండవలెనని గీత బోధించు

చున్నది. ఇది సాధ్యమా? సాధ్యమే. వివేకవంతుడు ఎట్టి దుష్కర పరిస్థితులలోను ప్రతిస్పందించడు. బుద్ధభగవానుని ఒక దుష్టుడు ఒక గంటకాలము అనరాని మాటలాడి దూషించెను. అతనే విసుగు చెంది వెడలిపోయెను. బుద్ధభగవానుని చర్యను శిష్యులు ప్రశ్నించిరి. "అతనికున్నది అతను యిచ్చినాడు. కాని నాకు అతనికిచ్చుట కేమి లేదు" అతనిపై ఎట్టి దోషము లేదు. ప్రతిస్పందించలేదు. అతను తన సోదరుడే. తిట్టినా కిట్టనీ అనే పద్ధతి నవలంబించెను. బాధాకరములైన విషయముల యెడ కరుణతో ప్రవర్తించవలెను.

అటులనే సుఖము కల్గించువారి యెడల మైత్రి చూపవలెను. పుణ్య విషయముల యెడ సంతోషము పొందవలెను. పాపకర్ముల యెడ జాలి చూపవలెను, లేదా ఉదాసీన భావము చూపవలెను. కాని వారిని ద్వేషించరాదు. వైరమును ప్రేమచేత మైత్రిగా చేసుకొనసాధ్యమగును. ఏసుక్రీస్తు ('Resist not evil) అని బోధించెను. చెడుపును ఎదుర్కొనవద్దు అని చెప్పుటవలన పిరికితనమును ప్రోత్సహించినట్లు కదా? అని ప్రశ్నింప వచ్చును సుప్రసిద్ధ రష్యన్ తత్వవేత్త టాల్‌స్టాయి ఈ సూత్రమును 'Resist not evil by evil' చెడుపును చెడుపుతో ఎదిరించవద్దు దానిని సత్యాగ్రహపద్ధతితో ఎదురించుట ఉత్తమ పద్ధతి. "బ్రిటిష్ ప్రజలను నేను ద్వేషించుటలేదు. నేను ఎదిరించినది బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యవాద పద్ధతి" అని మహాత్మాగాంధీ తన సత్యాగ్రహ వ్రతమును గురించి వివరించెను.

ప్రాథమిక దశలో యోగసాధకుడు దుష్టులకు దూరముగా నుండుట మంచిది. కనుక ఉదాసీనత ఉపేక్షాభావముతో వ్యవహరించవలెను. "తనకు జరిగిన అన్యాయమును ధైర్యముతో సహించుట" అనునది సాధకుడు అన్నిదశలలో అభ్యసించుట మంచిది. "పరాభవింప బడుచున్న వారిని శౌర్యముతో కాపాడుట" మూల సూత్రములను నిర్భయముగా ప్రకటించుట, అను పద్ధతులు సాధ

కాదు అధిరోహించ వలసిన తుదిమెట్లు. ఆ స్థితి చేరునంతవరకు దుష్టులకు దూరముగ నుండుట ఉత్తమ పద్ధతి. ముందుగా తన్ను తాను సంస్కరించుకొని ఇతరుల రక్షించ బూనుట, సంస్కరించుట వుత్తమము.

సూ॥ **34.** ప్రచ్ఛర్దన విదారణాభ్యాం వా ప్రాణస్య ।

ప్రతిపదార్థము:- ప్రాణస్య = ఊపిరిని, ప్రచ్ఛర్దన = విడుచుట, విదారణ = లోపలకు తీసుకొనుట, వా = వలన కూడ (యోగాభ్యాసములో పొందెడి అంతరాయములను నివారించ వచ్చును.)

తా॥ దీర్ఘ ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములవల్ల కూడ యోగాభ్యాసములో పొందెడి అంతరాయములను నివారించ వచ్చును.

"విదారణము" అన ప్రాణాయామ ప్రక్రియలో బయటకు తీసిన వాయువును వెంటనే నాసికాపుటముల ద్వారా శ్వాసాశయములందు ప్రవేశింప నీయకుండుట కోష్ఠము (శ్వాసాశయము) నందలి వాయువును రెండు నాసికా పుటములనుండి బయటకు తీయుట ప్రచ్ఛర్దనము అనబడును. (యోగదర్శనము - పండిత గోపదేవ్)

వివరణ:- 31-వ సూత్రములో శ్వాస ప్రశ్వాసలో కలిగెడి అంతరాయములు మనోవిక్షేపమును కలిగించునని చెప్పబడినది. యోగములలో ప్రాణాయామము ఒక అంగముగ చెప్పబడినది దానిని గురించిన వివరములు సాధన పాదములో వివరించ బడినది. ఈ సూత్రములో చెప్పబడిన అభ్యంతరము (Hard breathing) సరిగా వూపిరాడకుండుట, దీనిని సామాన్యమైన ప్రక్రియ వలన సరి చేసుకొన వచ్చును. ఊపిరిని త్వర త్వరగా తీసికొని త్వర త్వరగా విడుచుటవలన శ్వాసకోశములో ఏవైనా అడ్డంకులుండిన అవి నివారించ బడును. శ్వాసకోశము లందున్న గాలిని బలముతో బయటకు విడిచి, వెంటనే శ్వాసకోశములను గాలితో నింపుటను భస్త్రికా

ప్రాణాయామ మందురు. కంసాలి వాని తిత్తితో కొలిమిని వూదినట్లు గాలిని నాసికాపుటములతో బయటకు లోపలకు నడుపుట. ఇందులో రేచక పూరక కుంభకము లుండవు. ఇట్లు 4, 5 నిమిషములు చేసిన నాసికాపుటములనుండి ధారాళముగ ఉచ్ఛ్వాస నిశ్శ్వాసములు జరుప గలుగుదుము. నాసికా పుటములలోని శ్లేష్మము (గళ్ళ) వల్ల గలిగిన ఆటంకము తొలగిపోవును. తదుపరి ఊపిరిని దీర్ఘముగా తీసికొని ఒక క్షణకాలము ఆగి నెమ్మదిగా వదలి వేయుటను, 5, 6 తూర్లు చేయుట వలన వూపిరి తిత్తులలోని లోపములు సరిచేయ సాధ్యమగును.

సూ॥ 35. 'విషయవతీ వా ప్రవృత్తి రుత్పన్నా మనసః స్థితి నిబంధినీ' ।

ప్రతి॥ వా = లేక, విషయవతీ = శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధాది విషయములు గల, ప్రవృత్తిః = ఆయావిషయ సాక్షాత్కారాత్మకమగు చిత్తవృత్తి, ఉత్పన్నా = జనించినదై, మనసః = చిత్తమును, నిబంధినీ = నిలకడ కలిగించినది కాగలదు.

తా॥ దివ్యమైన శబ్ద స్పర్శరూప రస గంధాదులను సాక్షాత్కారము గావించుకొని, వాటిపై మనస్సును లయింపజేయుట వలనకూడ కైవల్యసిద్ధి పొందవచ్చును.

వివరణ:- చిత్తవృత్తి నిరోధము గావించి సమాధి స్థితిని పొందుటకు ప్రాచీనముగా అనుసరించిన పద్ధతులలో ఈ సూత్రములో మరియొక పద్ధతి చెప్పబడినది. దీనిని లయయోగ మందురు.

నాసికాగ్ర భాగమున చిత్తమును నిలిపిన దానిని గంధ సంబంధ ప్రవృత్తి యని అందురు. తాలువునందు నిలిపిన రూప ప్రవృత్తి, జిహ్వామధ్యమున నిలిపిన స్పర్శవృత్తి. జిహ్వాగ్రమున నిలిపిన శబ్దప్రవృత్తి కలుగును. ఈ పొందిన ప్రవృత్తులపై చిత్తమును ఏకాగ్రము చేయుటచే సమాధిస్థితి తదుపరి కైవల్యానుభవము కలుగును.

ఈ యోగపద్ధతిలో ఏ విధముగ చిత్తవిక్షేపము తొలగి చిత్తైకాగ్రత లభించునో చెప్పుట కష్టము. కాని యోగాచార్యుడైన పతంజలి మహర్షివారి స్వానుభవముచే యీ పద్ధతి కూడ, అనుసరణీయమైన పద్ధతి యనుటలో సందేహము లేదు.

సూ॥ **36**. విశోకా వా జ్యోతిష్మతీ ।

ప్రతిపదార్థము:- వా = లేక, విశోక = శోకరహితమైన, జ్యోతిష్మతీ = ప్రకాశవంతమైన ప్రవృత్తి వలన చిత్తవృత్తి నిరోధము సాధ్యమగును.

లేక శోకరహితమై, విషయవంతమైన ప్రకాశమును పొంది, దానిపై మనసు కేంద్రీకరించుట వలన కూడ చిత్తవృత్తి నిరోధము లభించును.

వివరణ:- మనసు (చిత్త సత్యత్వము) హృదయస్థానమునందుండును. హృదయస్థానమునందు చైతన్యమును కేంద్రీకరించగలిగిన ఒక జ్యోతి ప్రకాశము పొందవచ్చును. దీని వలన చిత్తవృత్తి నిరోధము కలుగును. ఈ పద్ధతులు సరిగా అనుసంధించని యెడల సాధకుడు ప్రమాదమునకు లోనుకాగలడు. చిత్తవృత్తి నిరోధము బదులు చిత్తసంక్షోభము కలుగు ప్రమాదము కలదు.

అష్టాంగ యోగముగాక, చిత్తవృత్తి నిరోధమునకు ఇతర పద్ధతులు కలదని తెలిసికొనుటకే సూత్రకారుడు యీ పద్ధతులను సూత్రములలో పొందు పరచినాడు.

సూ॥ **37**. వీతరాగ విషయం వా చిత్తమ్ ।

ప్రతిపదార్థము:- వా = లేక, వీతరాగ విషయం = వీతరాగులైన మహనీయులగు మహాత్ములను ధ్యానించుటచేత (చిత్తవృత్తి నిరోధము కలుగును)

తా॥ వీతరాగులైన మహాత్ములపై మనసు కేంద్రీకరించుట వలన కూడ చిత్తవృత్తి నిరోధము పొందవచ్చును.

వివరణ:- వీతరాగులైన మహాత్ములను ధ్యానించి వారి చిత్తముతో సాధకుడు తన చిత్తమును లయింపజేయుట ద్వారా విక్షేప రాహిత్యతను చెందవచ్చును. ప్రాథమికాభ్యాసకులకు యిది అత్యుత్తమము, ప్రమాదరహితమైన పద్ధతి. అవతార పురుషులగు రామ, కృష్ణ బుద్ధాదులను ధ్యేయ మూర్తులుగా నుంచుకొని వారి గుణగణముల స్మరించుచుండుట వలన చిత్తైకాగ్రత పొందవచ్చును. భక్తులైన మీరాబాయి, త్యాగరాజాదులు తమ ధ్యేయమూర్తులను సదా స్మరించుచు శరణాగతులై కైవల్యమును పొందిరి.

ధ్యేయమూర్తులైన మహాత్ములు వారు సద్గుణముల నెట్లు అనుష్ఠించ కలిగిరో, వారికి కలిగిన ప్రతిబంధముల నెట్లు తరించ గలిగిరో వూహించుచు వారి అడుగు జాడలలో సాధన సాగించుట ద్వారా చిత్తైకాగ్రత సాధించ వచ్చును.

సూ॥ 38. స్వప్న నిద్రా జ్ఞానాలంబనం వా ।

ప్రతిపదార్థము:- వా = మరియు, స్వప్న = స్వప్నము, నిద్ర = స్వప్న రహిత నిద్రావస్థయందు పొందిన, జ్ఞానాలంబనం = జ్ఞానము ఆధారముద్వారా, చిత్త విక్షేపమును అరికట్టవచ్చును.

తా॥ స్వప్నము, స్వప్నరహిత నిద్రయందు పొందిన జ్ఞానమును ఆధారము చేసికొని చిత్త విక్షేపమును నిరోధించ వచ్చును.

వివరణ:- కలలలో, కలలు లేని నిద్రలో ఎట్టి జ్ఞానము పొంద గలమో, ఆ అనుభవములను స్మృతి పథమునకు తెచ్చుకొను పద్ధతి యేదో, ఆ జ్ఞానమును ఆధారము చేసికొని చిత్తవృత్తుల నిరోధము ఎట్లు పొందవచ్చునో సామాన్య సాధకులకు అవగతము కాని విషయమును ఒక్కొక్కతూరి స్వప్నములో మహాత్ముల సందర్శనము

కలుగును. వారు బోధనలు కూడ చేయుదురు. అందువలన పొందిన జ్ఞానమును ఆధారము చేసికొని చిత్తవృత్తి నిరోధము గావించ వచ్చును. దివ్యజ్ఞాన సమాజము గావించిన పరిశోధనలలో ఇట్టి బోధన లున్నవి. జిడ్డు కృష్ణమూర్తిగారికి స్వప్నములో బోధనలు చేయ బడినవి. అవి 'At the feet of the Master' అను గ్రంథరూప ముగ వెలువడినది. స్వప్నములోనే వారికి జ్ఞానదీక్ష లివ్వబడినవి. ఈ విషయమును జె. కృష్ణమూర్తి జీవితము అను గ్రంథములో వివ రించబడినవి. ఈ విధముగ పొందిన జ్ఞానమునకు సమాధ్యత్మునకు ఎట్టి సంబంధము లేదు అని డా॥ వైమ్నిగారు తమ గ్రంథములో వక్కాణించిరి.

సూ॥ 39. యథాభిమత - ధ్యానాద్వా।

ప్రతి॥ వా = మరియు, యథాభిమత ధ్యానాద్వా = ఎవరెవ రికి నచ్చిన విధానము ద్వారా ధ్యానము చేసి చిత్తవిక్షేపమును నిరోధించ వచ్చును.

తా॥ వారివారి స్వభావమున కనుగుణ్యమైన ధ్యానపద్ధతి ననుసరించుట ద్వారా చిత్తైకాగ్రతను పొందవచ్చును

వివరణ:- 1 నుండి 37 వరకు బోధించబడిన సూత్రములు చిత్తవృత్తి నిరోధమును గురించి దానినెట్లు సాధించవచ్చునను విష యమును గురించి ప్రస్తావించినవి. ముఖ్యముగ పతంజలి మహర్షి అష్టాంగ యోగమును గురించి యోగసూత్రములలో ప్రస్తావిస్తూ చిత్తైకాగ్రతకు యితర మార్గములను సూచించినారు. ఈ సూత్ర ములో ఇవన్నియుగాక ఇతర శాస్త్రీయ పద్ధతులను అవలంబించి ఎవరెవరికి ఏ పద్ధతి స్వభావ సిద్ధముగ నుండునో, ఆ పద్ధతి నవలం బించి చిత్తైకాగ్రతను సాధించవచ్చును అని చెప్పబడినది. కొంత వరకు అవలంబించవలసిన పద్ధతులు మార్చి పరిశోధన గావించ వచ్చును. కాని ఒకపద్ధతి మనసునకు నచ్చిన తరువాత ఆ పద్ధతిని

మార్చరాదు. ఒకే పద్ధతి ననుసరించి దానిలో కృతకృత్యులగుట సులభము, ఉత్తమము.

కొందరికి ధ్యానము చేయుట సాధ్యము కాక పోవచ్చును. ఒకతూరి దివ్యజ్ఞాన సమాధ్యక్షులుగా నుండిన డా. జార్జి అరండేలు గారు తనకు సాంప్రదాయ పద్ధతిలో ధ్యానము చేయుట సాధ్యము కాలేదనియు, తానేపద్ధతి ననుసరించవలెనో తెలియజేయవలసినదని అనీబెసెంటుగారిని అర్థించిరి. ఏ పని చేయునపుడు దేహాధ్యాస వుండదో తెలియజేయుమని అనిబెసెంటుగారు అడిగిరి. తాను ఏదైన పుస్తకమును చదువునపుడు తనకు బాహ్యప్రపంచ విస్మృతి కలుగునని చెప్పిరి. సరే ఆ పద్ధతినే అనుసరించి చిత్తైకాగ్రతను పొందవచ్చును. అదియే ధ్యానమని వారు చెప్పిరి.

సూ॥ **40.** పరమాణు పరమ మహత్త్వాన్తోఽస్య వశీకారః।

ప్రతిపదార్థము:- అస్యవశీకారః = చిత్తవృత్తులను వశము చేసుకొనుట వలన, పరమాణు=పరమాణువునుండి, మహత్వాంతః= మహత్తత్త్వము వరకు పెరుగవచ్చును.

తా॥ సాధకుని ప్రజ్ఞకు ఎట్టి అవరోధముండదు. అతను ఎట్టి అవరోధము లేక సృష్టిలో పరమాణువు నుండి మహత్తత్త్వము వరకు ఎట్టి విషయముల నైనను తెలిసికొను ప్రజ్ఞ పొందును.

యోగసిద్ధి పొందిన మహనీయులు సృష్టిలోని ఏ విషయము నైన (అణువునుండి మహత్తువరకు) ప్రత్యయముగా తీసుకొని సమాధి స్థితిని పొంది, ఆ ప్రత్యయముయొక్క రహస్యములను నిరభ్యంతరముగ తెలిసికొనగలరు. సిద్ధులకు అవంత కవియే సంప్రాప్తించును.

సూ॥ **41.** "క్షీణవృత్తే రభిజాతస్యేవ మణేర్గ్రహీతృగ్రహణ గ్రాహ్యేషు తత్ స్థః తదంజనతా సమాపత్తిః"

ప్రతిపదార్థము:- అభిజాతస్య = కులీనమైన సహజముగ నిర్మల మైన మణేరివ = స్ఫటికమువలె, క్షీణవృత్తేః = అభ్యాస వైరాగ్య ములద్వారా, వృత్తులను స్వాధీనము చేసుకున్న సాధకునకు, గ్రహీ తృ = ద్రష్ట (Subject), గ్రహణ=దృష్టి, గ్రాహ్యేషు = (Object) దృశ్య విషయములు, (Objects) సమాపత్తిః = ఒక దానిలో మరొ కటి లీనమై పోయినట్లు (త్రిపుటి భేదము నశించినట్లు), తత్స్థః = ప్రజ్ఞ దేనిపై లగ్నము చేయబడినదో, తదంజనతా = ఆ రంగును, సమాపత్తిః = పొందును.

తా॥ చిత్తవృత్తులు క్రమక్రమముగా స్వాధీనమగుచు రాగా చిత్తము స్వభావముగ ఎట్టి కళంకము లేని స్ఫటికమువలె రూపొంది దాని సమీపములో ఏ వస్తువుంచినను, దాని రంగును పొందును. దృక్, దృష్టి, దృశ్యము అను త్రిపుటి నశించును.

వివరణ:- చిత్తవృత్తులు స్వాధీనములగుచు రాగా, చిత్తము నిష్కళంకమైన శుద్ధ స్ఫటికమువలె, ప్రకాశించును. దాని పరిధి లోనికి పరమాణువు నుండి, మహత్తు వరకు సృష్టిలోని ఏ విషయ మైనను వచ్చిన ఆ స్ఫటికము ఆ వస్తువుయొక్క రంగును పొందును, అనగా ఆ వస్తువుయొక్క తత్త్వము దానిలో సంపూర్తిగా ప్రకా శించును. దాని తత్త్వము సాధకునకు సంపూర్ణముగ అవగతమగును, దృశ్య పదార్థముతో ద్రష్ట తాదాత్మ్యస్థితి పొందుటచే, దృశ్యము యొక్క రహస్యము లన్నియు దానికి అవగతమగును. చూచునది, చూచువాడు, చూపు ఈ మూడు ఒక్కటియగును. త్రిపుటి నాశన మొందును. అభేద భావము కలుగును. ఒక రంగుగల వస్తువు, ఒక శుద్ధ స్ఫటికము ఎదుట నుంచిన అది ఆ రంగును పొందును. రంగుతో (గుణముతో) కూడిన వస్తువు సబీజ సమాధిగా భావించును, రంగు లేని వస్తువును, తెల్లటి వస్తువును అట్టి స్ఫటికము దగ్గర నుంచిన ఆ వస్తువు ఉనికియే తెలియదు. స్ఫటికముయొక్క ధవళకాంతి రంగు

లేని తెల్లటి వస్తువుతో ఏకమైనపుడు ఆ వస్తువే అదృశ్యమగును. దీనినే నిర్బీజ సమాధ్యవస్థగా తెలిసికొన వచ్చును. దృక్, ద్రష్ట దృశ్యములు ఒక్కటి యైనవి.

త్రిపుటి:—	ద్రష్ట	దృక్	దృశ్యములు
	జ్ఞాత	జ్ఞానము	జ్ఞేయము
	Subject	Seeing	Object
	Observer	Objervation	Observed

త్రిపుటి క్షీణమగు వివిధ దశలు

సామాన్య భౌతిక జీవితములో మానవుడు విషయాసక్తుడగు చున్నాడు, విషయములతో తాదాత్మ్యము నొందుచున్నాడు. 3 వ సూత్రములో చిత్తవృత్తులు నిరోధించబడిన పిదప ద్రష్టయగు పురుషుడు. తన స్వస్వరూపముతో నెలకొనియుండుననియు, చిత్తవృత్తులు నిరోధించనపుడు 4 వ సూత్రములో చెప్పినట్లు చిత్త వృత్తులతో సారూప్యత నొందును.

వృత్తి నిరోధము కాని స్థితిలో మనసు ద్రష్ట భోగ విషయములు, దృశ్యములు అనుభవము. దృక్ స్థానములో నుండును. విషయాసక్తుడైనవాడు విషయ భోగములలో తాదాత్మ్యము నొంది తన్ను తాను మరచును. దృశ్య విషయములు, ధన దారాగృహ వస్తువులు కావచ్చును. ఈ విధముగ భూలోక భువర్లోక పరిధిలో పురుషుడు మనసు తాననుకొని భ్రమించినందువల్ల మనసు ద్రష్ట, విషయ భోగములు – దృశ్యములు అను భావము, దృక్ స్థానములో నున్నది. ఇక్కడ తాదాత్మ్యముచే పొందిన అనుభవము కేవలము భ్రమ. కామ మోహితుడు, ధనలుబ్ధుడు, పదవీ వ్యామోహితుడు, తన్ను తాను మరచి తన కోరికలతో ఏకమై నశ్వరమైన భౌతిక సుఖము పొందును. ఇది ఒక స్థితి.

ఇంతకన్న ఉత్తమ స్థితిలోని త్రిపుటి భాగము - మనసు ద్రష్ట, ఉత్తమ భావములు దృశ్యపదార్థములు. ఒక శాస్త్రజ్ఞుడు, తన శాస్త్రపరిశోధన అను విషయముతో తాదాత్మ్యము నొంది ఆనందించుచున్నాడు. తన పరిశోధనలలో తాదాత్మ్యము నొంది బాహ్య ప్రజ్ఞ లేకుండ ప్రవర్తించుచున్నాడు, పరిశోధనా ఫలితముపై అతని దృష్టి కేంద్రీకరించబడి యున్నది. అటులనే ఒక కళాకారుడు, కవి తమ కళలో కవనములో తాదాత్మ్యము పొందుచున్నాడు.

ఇంతకన్న ఉత్తమస్థాయిలో మనసు తాను కాను, మనసు తన ఉపకరణము అని తెలిసిన పురుషుడు (జీవుడు) ద్రష్ట, మనసు దృశ్యము, పొందిన జ్ఞానము దృక్ అవుతుంది.

ఈ స్థితిలో పురుషుడు బాహ్యవిషయ సంసర్గము లేక ప్రత్యాహార స్థితిలో నుండి ధారణ, ధ్యాన స్థితులకు పోగలుగుచున్నాడు. నిర్విషయమైన మనసులో ద్రష్టయగు (పురుషుడు) జీవుడు తాదాత్మ్యమగుటచే మనసులోని నిగూఢమైన లోతుల (Sub conscious)లో దాగియున్న మాలిన్యము తెలియబడును ఎపుడు మనసులో క్షిప్తమైయున్న విషయములు జీవున కెరుక యగునో అవి మనసును వదలిపెట్టును.

ఇంతకన్న ఉత్తమస్థితిలో జీవుడు బుద్ధిస్థానమునకు చేరి అరూప మనసును దర్శించును. అరూపమైన మనసుతో ఒక్కటగుటచే అరూప మనసు కల్పించు మాలిన్యములు బహిర్గతములగును.

ఈ దశను తరించి తానుతానై ఆత్మస్థానము నుండి బుద్ధిని ప్రత్యయముగా (దృశ్యము) చేసుకొని బుద్ధిని ఆత్మలో లయము గావించి, బుద్ధిని విశుద్ధము చేయును.

ఇంకను ఉత్తమోత్తమమైన స్థితిలో పురుషుడు కేవలము ప్రజ్ఞ (ప్రజ్ఞానాంశువు)గా, ఆత్మను సందర్శించును. దీనిలో అస్మిత స్థితి తొలగిపోవును. ఇదియే కైవల్యస్థితి. ఆత్మయొక్క పురోగతికి ఇది పరాకాష్ఠ.

ఈ కైవల్యస్థితి పొందుటకు పూర్వము కలిగెడు అవస్థలు అంతరాయముల నొకింత సింహావలోకనము గావింతము.

కామక్రోధాదులును అభ్యాస వైరాగ్యములచే అంతరింప చేయవచ్చును. పిదప సూక్ష్మములైన వాసనలను ఆసన ప్రాణాయామముల చే తొలగించవచ్చును. ప్రత్యాహారముతో మనసును విషయముల నుండి మరలించనగును. మనసులోని పూర్వవాసనలను ధ్యాన ధారణల వలన తొలగించవచ్చును. ఇక మిగిలినది ప్రత్యయము. ఈ ప్రత్యయముతో కూడిన సమాధి సబీజ సమాధి. ఈ విషయము రాబోవు సూత్రములలో వివరించబడినవి.

రంగు కాగితము పైన వుంచబడిన శుద్ధ స్ఫటికము ఆ రంగును పొందును. స్ఫటికము చిత్తము. చిత్తము పరిశుద్ధ బరచబడుటచే అది దాని పరిధిలోనున్న విషయముల రంగును పొందును. ప్రత్యాహార స్థితిలో విషయముల నుండి మనసు మరలింపబడినది. కాని చిత్తము ప్రత్యయమును కలిగియున్నది. ఇదియే శుద్ధ స్ఫటికము ముందుంచబడిన రంగుకాగితము. ఇది సబీజ సమాధి. ఈ రంగు కాగితమును తీసి అచ్చోట తెల్లటికాగిత ముంచినపుడు స్ఫటికము తెలుపు. కాగితము తెలుపు అగుటచే రెండును ఒకటిగా అగుపించును. కాగితము అదృశ్యమైనది. కైవల్యస్థితి పొందువరకు చిత్తవృత్తులు క్షీణించుచువచ్చునే గాని అవి పూర్తిగ నశించవు. కైవల్యము పొందినపుడే పురుషుడు స్వస్థానమునందు నిరంజనుడై కేవలుడై ప్రకాశించును.

సూ॥ **42.** తత్ర శబ్దార్థజ్ఞాన వికల్పైః సంకీర్ణా సవితర్కా సమాపత్తిః।

ప్రతిపదార్థము:- తత్ర = అచ్చట, శబ్ద = శబ్దము, అర్థ = అర్థము, జ్ఞాన = జ్ఞానము, వికల్పైః = ఇదా అదా అను సంశయము

లతో కూడుకున్నదై, వికీర్ణాః = మిశ్రితమైన (అనిశ్చిత) స్థితి, సమాపత్తిః = సమాధి, సవితర్కా = సవితర్క మనునది.

తా॥ శబ్దము, అర్థము, జ్ఞానము అను మూడు ఒకే ప్రత్యయమునందు మిశ్రితమై, అశ్చితమై యుండెడి సమాధ్యవస్థ సవిత్కమనబడును.

వివరణ:- సమాధి ధ్యానావస్థలో ఒక దశలోని స్థితి కైవల్యస్థితిని పొందుటలో ధ్యానావస్థలో వివిధములైన దశలు గలవు. ఆ దశలలో 'సవితర్క' అనునది ఒక దశ. ఈ దశలో పురుషుడు పొందు అనుభవము మాటలతో చెప్పుటకు వీలు లేనిది. కేవలము అనుభవైక వేద్యము. కాని సూత్రకారుడు ఆ అనుభవము ఈ విధముగ నుండవచ్చునని సూచించుచున్నాడు. జ్ఞానముతో అనుభవము పొందిన సాధకుడు ఒక ప్రత్యయమును ఊతగా గొని పరిశోధన గావించుచున్నాడు. సృష్టిలోని ప్రతి విషయము మూడు విధములుగా విభజింప బడినది. అది శబ్దము, అర్థము, జ్ఞానము. నామరూపములు శబ్దము పరధికి చెందినవి. రోజాపూవు, కమలము వగైరా ఈ మాట చెప్పగానే ఆ పూవుయొక్క ఆకారము, పరిమళము స్మృతికి వచ్చును. స్పర్శ, రస, గంధాదులు రూపముతో మిశ్రితమై యున్నవి. ఈ మొత్తము జ్ఞానము, ఆ వస్తువుయొక్క నామము, శబ్దమైన దాని రూపము అర్థముగ భావించ వచ్చును.

సాధకుడు ధ్యానములో పరిశోధన గావించునపుడు తాను ఎన్నుకొనిన ప్రత్యయమును గురించి లోతుగా తెలిసికొనుటకు ప్రయత్నించును. ఇచ్చట మనసు లయమైయున్నది. తెలిసి కొనునది జీవుని చైతన్యమే. ధ్యాన భూమికయొక్క మొదటి పొర - శబ్దము (నామము), రెండవ పొర రూపము. మూడవ పొర ఆ భూమిక యొక్క గుణ విశేషములు. ప్రత్యయములో ఈ మూడు మిశ్రితములై యున్నవి. మిశ్రితములై యున్నవని తెలిసికొని వాటిని విడదీసి

ఒక్కొక్క దానిని గురించి తెలిసికొను పరిశోధనా ప్రక్రియ 'సవితర్క'లో జరుగును.

రోజా పుష్పము - ప్రత్యయమైన, దాని గురించిన విషయము విశేషణములను విడమరచి తెలిసికొనుట ఈ ప్రక్రియలో విశేషము. రోజా పూవులు అనేక రంగులు కలవి, అనేక వాసనలు కలవి. అనేక ఆకారములు కలవి. అని తెలిసికొనుచు ఈ ప్రత్యయములో ఇంత వైవిధ్యమున్నదని తెలిసికొను ప్రక్రియ 'సవితర్క' సమాధి.

దీనిని మరొక్క విధముగ అర్థము చేసుకొనుటకు ప్రయత్నింతము. నీరు నూనె రెంటిని బాగుగ యంత్రములో మిశ్రము చేసిన అవి ఒకటిగా తెలియును, కాని కొంతసేపు కదల్చకున్న నూనె నీరు వేరుగా తెలియును. మనసు లయమైనప్పుడు చైతన్యము సునిశితముగా పరీక్షించునపుడు ఆ ప్రత్యయముయొక్క యథార్థము తెలియనగును.

భార్యా భర్తలకు ఒకే సంకేత శబ్దము కలదు. వేసియుండిన వాకిలిని తీయమని భర్త, ఆ సంకేత సూచకముగ శబ్దము చేయును. చేయబడినది శబ్దము. దాని అర్థము వాకిలి తీయుమని. 'దాని జ్ఞానము భర్తనైన తాను వచ్చినాను, వాకిలి తీయుము, అనుట.

శబ్దము, అర్థము, జ్ఞానము కలిసియున్నవని తెలిసికొనుట 'సవితర్క' సమాధి. ఈ మూడింటిని విడమరచి ప్రత్యేకముగా ఒక్కొక్క దానిని గురించి పరిశోధన చేయుట - నిర్వితర్క సమాధి, ఇది 43 వ సూత్రములో వివరించబడినది.

సూ॥ 43. స్మృతి పరిశుద్ధౌ స్వరూపశూన్యేవార్థమాత్ర నిర్భాసా నిర్వితర్కా ।

ప్రతిపదార్థము:- స్మృతి పరిశుద్ధౌ = శబ్ద సంకేతమునకు సంబంధించిన జ్ఞాపకము, పరిశుద్ధ మగుచూ రాగా, స్వరూప

శూన్యేవ ఇవ = స్వరూపశూన్యమైనదిగా వలె (గోచరించు), అర్థ = విషయము, (ధ్యాన భూమిక ప్రత్యయము), నిర్భాసా = ప్రకాశమాన మగును.

తా॥ స్మృతి పరిశుద్ధమగుచు రాగా ధ్యానభూమిక శబ్ద అర్థ, జ్ఞానములు పురుషుడు సంపూర్ణముగా తెలిసికొనుచున్నాడు.

వివరణ:- స్మృతి - చిత్తవృత్తులలో నొకటి. కాని ఈ స్థితిలో చిత్తవృత్తులు చాలవరకు సమసిపోవును, ఛాయమాత్రముగ నున్నవి, ఈ స్మృతి కూడ ఇతర దోషములు లేక పరిశుద్ధమైనపుడు, ప్రత్యయము విడివిడిగా శబ్ద అర్థ జ్ఞానములుగా, సంకీర్ణములుగా, ఈశ్వరుని మనసులో నెట్లుండునో, అట్లు గోచరమగును. ఇచ్చట మనసు వేరు. తెలుసుకొనువాడు పురుషుడే ఈతను. తన చైతన్యమును భగవత్ (విశ్వ) చైతన్యమునకు అతి దగ్గరగ వచ్చుటచే, ఈ ప్రత్యయము యొక్క యథార్థస్థితి గోచరమగును. మనసు వున్నను నిరాకారముగ నున్నది, వృత్తులు క్షీణములై యున్నపుడు కలుగు ఆత్మప్రకాశములో ధ్యాన భూమిక 'అర్థమాత్ర'గా ప్రత్యక్షమగును.

సూ॥ **44.** ఏతయైవ సవిచారా నిర్విచారా చ సూక్ష్మ విషయా వ్యాఖ్యాతా ।

ప్రతిపదార్థము:- ఏతయా ఏవ = దీనివలన, సవిచార, నిర్విచార = సవిచార, నిర్విచారము లనెడి సమాధి స్థితులు, చ = మరియు, సూక్ష్మ విషయా = సూక్ష్మ విషయముల గురించి, వ్యాఖ్యాతా = వివరించ బడినవి,

తా॥ పై సూత్రములో చెప్పబడినట్లు సవిచార, నిర్విచార మనెడి సమాధి స్థితులుండును. సూక్ష్మ విషయముల గురించి వ్యాఖ్యానించ బడినవి.

వివరణ:- సమాధిస్థితిలో సవిచార, నిర్విచార స్థానమందు న్నవి అతి సూక్ష్మమైనవి. వాటి వివరణము కేవలము 43, 44 సూత్రములలోని కే పరిమితమైనది. ఆ స్థితులు అనుభవైక వేద్యములే.

మనోమయ కోశము లోనికి ప్రజ్ఞ ప్రవేశించిన పిదప మనసే మనసును శోధించును. మనసు అంతరాంతరముల లోనికి ప్రజ్ఞ చొచ్చుకొని పోవును. ఇది ఆత్మశోధన, ద్రష్టగా నుండిన మనసు దృశ్యదార్థమైనది. ఇక ఇంకను తనకు పోను పోను మనసును శోధించునది పురుషుడు.

స్థూల లోకములో పంచేంద్రియములు ఒక్కొక్కటి ఒక్కొ సూక్ష్మ భూతమును తెలిసికొనుట కుపయోగించును. శబ్దము చెవి చేతను, స్పర్శ త్వగింద్రియము చేతను, రూపము చక్షు రింద్రియము చేతను తెలిసికొనబడును. సూక్ష్మ లోకములో పంచభూతముల జ్ఞానము పొందుటకు, అన్ని భూతముల జ్ఞానమును ఒకే శక్తిచే పురుషున కెరుక యగును. ఈ శక్తి "ప్రతిభ" అనబడుచున్నది. విజ్ఞానమయ కోశములో శోధించబడినపుడు ఈ ప్రతిభాశక్తితో పురుషుడు ప్రత్యయముయొక్క సూక్ష్మాతి సూక్ష్మములైన విషయములను తెలిసికొనును.

సవిచార నిర్విచార సమాధి స్థితి, విజ్ఞానమయ కోశమునకు సంబంధించిన దగుటచే ఈ స్థితులలో ప్రతిభాశక్తిచే ప్రత్యయమును గురించిన సూక్ష్మతర విషయములు పురుషున కవగతమగును. భూలోకములో క్లిష్టములుగా భావించబడిన ప్రత్యయ సత్యములు విజ్ఞానమయ లోకములో జీవుని ప్రతిభాశక్తిచేత అతి సులభముగ గోచరములగును. ఈ జ్ఞాన విశేషమే సవిచార నిర్విచార సమాధిలో తెలియబడునని ఈ సూత్రములో వివరించబడినవి. సవిచార, నిర్విచార సమాధులందు పంచ తన్మాత్రలుగ తెలిసికొన నగును. (శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధము.)

సూ॥ 45. సూక్ష్మ విషయత్వం చాలింగ పర్యవసానమ్।

ప్రతిపదార్థము:- సూక్ష్మ విషయత్వం = సవిచార, నిర్విచార సమాధులకు చెప్పబడిన సూక్ష్మ విషయత్వము, ఆలింగ పర్యవసానం = ప్రకృతి అంతము కాగలదిగా నెంచవలెను.

తా॥ సవిచార, నిర్విచార సమాధులలో ప్రతీకగా తీసికొనబడిన సూక్ష్మవిషయ తత్త్వము, ప్రకృతి అంతముగా గలదిగా తెలిసికొనవలెను.

వివరణ:- సవిచార నిర్విచార సమాధులలో ప్రత్యయములు శబ్ద స్పర్శ, రూప, రసగంధాదులు. ఇంకను సూక్ష్మతరమగు ప్రత్యయములు - అహంకారము, మహత్తత్త్వము. ప్రత్యయముయొక్క పంచతన్మాత్రలు - సవిచార నిర్విచార సమాధిలో శోధింపబడును. ఇంతకన్న సూక్ష్మతరములు అహంకారము, మహత్తత్త్వానంద, అస్మిత అనెడి సమాధి స్థితులలో ప్రత్యయముయొక్క అహంకార మహత్తత్త్వముల శోధన గావించబడును. మహత్తత్త్వమున కంటే సూక్ష్మమైనది ప్రధానము. ఇదియే ప్రకృతి యంతము ప్రకృతి యంతము వరకు ప్రత్యయమును సమాధిస్థితులలో శోధించవచ్చును. 'ఆలింగ' అనగా ప్రకృతికి అంతము.

సూ॥ 46. తా ఏవ స బీజః సమాధిః।

ప్రతిపదార్థము:- తా ఏవ = పూర్వము వివరించినవి (నాలుగు విధములైన సవితర్క, నిర్వితర్క, సవిచార, నిర్విచార), సబీజ సమాధిః = సబీజ సమాధులు.

తా॥ సవితర్క, నిర్వితర్క, సవిచార, నిర్విచార సమాధులే సబీజ సమాధులుగా తెలిసికొనదగును.

వివరణ:- బీజము అనగా ధ్యానభూమిక. దీనినే ప్రత్యయము అని సూత్రకారుడు వ్యవహరించినాడు. సవితర్క, నిర్వితర్క, సవి

చార, నిర్విచార సమాధు లందు 'బీజము' ప్రత్యయము ఆలంబనముగా గ్రహించవచ్చును. బహుశా సానంద, అస్మిత స్థితిలో కూడ 'బీజము' ఉండవచ్చును. తదుపరి ధ్యానస్థితిలో 'బీజము' అదృశ్యమగును. 'అస్మిత' స్థితిలో అహంకారము అదృశ్యమగును. ఇక ధ్యానము ధ్యేయము ధ్యాత అను త్రిపుటి నశించినది. ఆ కారణముచే ఇంతకన్న సూక్ష్మములగు సమాధులు నిర్బీజ సమాధులు.

సబీజ సమాధిలో గుణమయమగు ప్రకృతి బీజము. నిర్బీజ సమాధిస్థితిలో ప్రకృతికి పరమైనది. objectless objective తన్ను తానే అవలోకించుచున్నాడు. తానే దృష్టి, తానే దృశ్యము. ఇతః పూర్వము ద్రష్టకు దృశ్యమునకు మధ్య ఒక అతి సూక్ష్మమైన ప్రకృతి అవనిక వుండెడిది. అది ఇపుడు లేదు. ఇదే ఆత్మావలోకము (Self Realisation.)

సూ॥ 47. నిర్విచార వైశారద్యేఽధ్యాత్మ ప్రసాదః ।

ప్రతిపదార్థము:- నిర్విచార వైశారద్యే = నిర్విచార సమాధిలో పరిపుష్టి చెందినయోగి, అధ్యాత్మప్రసాదః = అధ్యాత్మ ప్రకాశము పొందును.

తా॥ నిర్విచార సమాధిలో నిష్ణాతుడైన యోగికి ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశము లభించును.

వివరణ:- మనసు సత్వహంతకిగా వర్ణించబడినది. రజస్తమోగుణములు మనస్సునకు మలదోషము ప్రాప్తింపజేయును. ఈ గుణదోషమునే ఆవరణ దోషమందురు. ఈ మలదోషము తొలగగనే చిత్తసత్వము ప్రకాశమానమగును. చిత్తసత్వము యొక్క స్వచ్ఛమైన స్థితి ప్రవాహమే వైశారాద్యము అని సూత్రకారుడు వర్ణించినాడు.

తన్మాత్రలు మొదలు ప్రధాన పర్యంతం సూక్ష్మవిషయములందు మాలిన్యరహితమైన సత్వప్రవాహము ఏర్పడినపుడు యోగికి

సూక్ష్మము, స్థూలము అను భేదములు తొలగి ఉన్నది ఉన్నట్లుగా ద్యోతకమగును, ఇది ఒక విశిష్ట చిత్తవృత్తి. దీనినే 'ప్రజ్ఞాప్రసాదము' అని అనుచున్నారు.

శ్లో॥ ప్రజ్ఞాప్రసాద మారుహ్య శోచ్యః శోచ్యతో జనాన్ ।
భూమిష్ఠానివ శైలస్థః, సర్వాన్ ప్రాజ్ఞోఽనుపశ్యతి ॥

పర్వతము నెక్కినవాడు భూమిపైనున్న జనులను చూచునట్లుగ, ప్రాజ్ఞుడు (యోగి) ప్రజ్ఞాప్రసాదమును పొంది సర్వప్రాణులను తాపత్రయ పరీతులుగా తెలిసికొనును. (యోగదర్శనము) ఇట్టి నిర్విచార ప్రజ్ఞాప్రసాదమును పొందిన యోగి ప్రజ్ఞను ఋతంభర ప్రజ్ఞ అని 48 వ సూత్రము చాటుచున్నది. నిర్విచార సమాధిస్థితిని పొందిన యోగి పొందిన వికాసము - ఆధ్యాత్మిక ప్రసాదము - ప్రజ్ఞా ప్రసాదము - అతని ప్రజ్ఞ - ఋతంభర ప్రజ్ఞ.

సూ॥ 48. ఋతంభరా తత్ర ప్రజ్ఞా ।

ప్రతిపదార్థము:- తత్ర = అక్కడ (ఆ స్థితిలో పొందిన) ప్రజ్ఞా= ప్రజ్ఞ, ఋతంభర = ఋతంభరము.

తా॥ నిర్విచార సమాధిస్థితిని అందుకొనిన యోగి పొందెడి ప్రజ్ఞావికాసము ఋతంభరము.

వివరణ:- పరిపూర్ణ సత్యమును తెలిసికొనుట మానవుని లక్ష్యము కాని మనసు పూర్ణసత్యమును పొందజేయ జాలదు. కనుక మనోమయకోశ అవధిని దాటి విజ్ఞానమయ కోశమున ప్రవేశించిన ప్రజ్ఞయే పూర్ణసత్యమును పొందగలదు. నిర్విచార సమాధిలో ప్రజ్ఞాప్రసాదము విశారదత్వము పొందినపుడే బుద్ధి వెలుగులో పూర్ణ సత్యము అవగతము కాగలదు ఈ బుద్ధి వెలుగులో పొందిన ప్రజ్ఞయే ఋతంభర ప్రజ్ఞ.

ఋతమనగా నేమి? ఋతము, సత్యము సమానార్థముగా ఉపయోగించుచున్నాము. కాని ఈ రెండింటికి ఒకింత భేదము కలదు.

ఋతము, సత్యము ఒక నాణెమునకు రెండు పక్షముల వంటివి. ఈ విషయమును ఒకింత విచారింతము,

1. దృశ్యాదృశ్య ప్రపంచమంతయు ఆ పరమేశ్వరుని ఆవిర్భావము.
2. ఈ ఆవిర్భావము దేశకాల పరధిలో (Space & time) జరుగుచున్నది.
3. అన్నింటికి మూలము – పరబ్రహ్మ తత్త్వమైన 'సత్'.
4. ఈ 'సత్' రెండు విధములుగ అభివ్యక్తమగుచున్నది.
5. దృశ్యాదృశ్యములకు ఉనికి నిచ్చునది – సత్ (Being) సత్యము.
6. ఈ ఉనికికి మూలమైన సత్యము – విశ్వముగ పరిణామము చెందుచున్నది. [విత్తనము వృక్షముగ రూపొందునట్లు]
7. ఈ పరిణామము కొన్ని నియమముల ననుసరించుచున్నది. ఈ నియమమే ఋతము.
8. సత్యము, ఋతము అవినాభావ సంబంధము కలిగియున్నవి.

సత్యము అచలము సృష్టి విధానమునకు మూలము. విత్తనము కదలదు. స్థిరముగ నుండును. అస్థిరత్వమునుండియే మొక్కగా క్రమానుగ పరిణామము చెందుచున్నది సత్యమును (Static energy) గా భావించిన ఋతమును (Kenetic) గా భావించ వచ్చును. సత్యము సృష్టి మూలము, అచలము, ఋతము, చలింపచేయు శక్తి.

తిరుగలికి రెండు రాళ్ళు అవసరము క్రింది రాయి మూలశక్తి. ఆ రాయి ఇరుసు మీదనే పై రాయి తిరుగుచున్నది. ఈ రెండు వుండిననే విశ్వచక్రము భ్రమణము నొందుచున్నది. ఈ రెంటిని విద్యుత్ శక్తిలోని (Pasitive negetive) గా పోల్చవచ్చును. రెండు లేనిది విద్యుత్ ప్రసారము జరుగదు.

దేవాలయములో మూల విరాట్ వంటిది సత్యము. ఉత్సవ విగ్రహము వంటిది ఋతము.

"ఋతం సత్యం పరంబ్రహ్మ" అని వేదములు ఘోషించు చున్నవి. ఏది ఋతమో అది 'సరి' (Right). ఏది ఋతముకాదో అది అనృతము (సరికానిది - Wrong). భగవత్సంకల్పమునకు అనుకూలమైనది ఒప్పు. దానికి ప్రతికూలమైనది తప్పు.

విశ్వమును నడిపించు నియమానుసార ప్రవర్తన ఒప్పు (Right). దానికి వ్యతిరేకమైన ప్రవర్తన తప్పు. (Wrong).

పరబ్రహ్మ సంకల్పమైన పరిణామ విధానమును తెలియజేయు జ్ఞానమే సత్ జ్ఞానము (Right Knowledge).

సమాధి స్థితిలోనే సత్య ఋతములు తెలియనగును. ప్రపంచ ములోని విషయముల సత్యాసత్యములు మనసు పరిధి దాటి సమాధి స్థితిలోనే పరిపూర్ణముగ వ్యక్తమగును.

సత్యఋతములు పరిపూర్ణముగ తెలిసికొనినపుడు ప్రపంచ మున మానవుడు సమ్యక్ జీవనమును సాగించి ధర్మనిష్ఠుడై విశ్వ శ్రేయమునకై కృషి సలుపగలడు.

సమాధిస్థితిలో పూర్ణసత్యమును తెలిసికొని ఆనందము ననుభ వించుట మాత్రమే మానవ జీవిత లక్ష్యము కాదు. పొందిన జ్ఞాన మును విశ్వముయొక్క అభ్యుదయమునకై ఉపయోగించి ప్రతి ఒక్కరిని తమంతవారిగా చేయుటయే ఉత్తమోత్తమమైన మానవ లక్ష్యము. ఈ లక్ష్యాన్ని శంకరాచార్యులు 'వివేకచూడామణి'లో చక్కగ బోధించినారు.

"తీర్ణాస్స్వయం భీమ భవార్ణవం జనాన్ అహేతునాన్యానపి తారయంతః".

సూ॥ 49. శ్రుతానుమాన ప్రజ్ఞాభ్యాం అన్యవిషయా విశేషార్థత్వాత్ ।

ప్రతిపదార్థము:- శ్రుతానుమాన ప్రజ్ఞాభ్యాం = శ్రుత (శాస్త్ర) అనుమాన = అనుమాన ప్రమాణ జన్యమైనట్టియు, ప్రజ్ఞాభ్యాం = ప్రజ్ఞలకంటే (ఋతంభర ప్రజ్ఞ) విశేషార్థత్వాత్ = విశేషమైన విషయముగలది అన్యవిషయా = వేరగు విషయముగలది.

తాత్పర్యము:- ప్రత్యక్ష, అనుమాన, శాస్త్రవాక్యము అనునవి ప్రమాణములు, ఇంద్రియములచే తెలిసికొనుట ప్రత్యక్షప్రమాణము, అనుమానప్రమాణమన కార్యకారణరూపముగ తెలిసికొనుట. పొగ కనబడుచున్నది. కనుక అచ్చోట అగ్ని వుండవలయును. అట్లే శాస్త్రవాక్యము కూడ ఒక చక్కటి ప్రమాణము. పెద్దలు, అనుభవజ్ఞులు, ద్రష్టలు అయినవారు చెప్పినవి శాస్త్రవాక్య ప్రమాణము. ఇవి మూడును సామాన్యమైన విషయములేగాని, విశేషవిషయములు కాజాలవు. కాని ఋతంభరప్రజ్ఞ ఈ ప్రమాణములకన్న విశేషము, విశిష్టము అయినది. ఋతంభర ప్రజ్ఞ లభించనేని సాధకునకు క్రొత్త క్రొత్త సంస్కారములు చిత్తమున జనించి, విశేషసంస్కారములను నివారించును. ఈ విషయము 50-వ సూత్రములో వివరించబడినది.

మహాత్ములు తాము తరించుటలో తృప్తినొందక మానవాళిని తమంత వారుగా చేయుటకు లోక కళ్యాణము సమకూర్చుటకు కృషి చేయుచున్నారు.

సూ॥ 50. తజ్జః సంస్కారః అన్యసంస్కార ప్రతిబన్ధీ।

ప్రతిపదార్థము.- తజ్జః = నిర్విచార సంప్రజ్ఞాత సమాధివలన కలిగిన సంస్కారః = సంస్కారము, అన్యసంస్కార = ఇతరసంస్కారముల, ప్రతిబంధీ = రేకెత్తింపజేయదు.

తా॥ ప్రజ్ఞావిశారదత్వము ఋతంభరత్వము పొందుటచే ఈ వరకు జీవుడు ఎన్నో జన్మలుగా పొందిన సంస్కారములు మరల పొందదు,

వివరణ:- చిరకాలముగ శబ్దాది విషయానుభవము వలన ఏర్పడిన సంస్కారములు ఈ స్థితి పొందిన జీవునకు మరల సంభవింపవు, సమాధిప్రజ్ఞ పొందుటవలన శబ్దాది విషయానుభవ సంస్కారములు జీవునంటవు. ఇందుకు కారణము సమాధి ప్రజ్ఞవలన వస్తు తత్త్వము నెరుంగుటచేతను, సమాధిలో పొందిన ఆనందానుభవము ముందు ఇతర విషయానందములు సూర్యకాంతి యెదుట దీపప్రమిద వలె నిస్తేజములగును. అత్యంత ప్రతిభావంతమైన సమాధి ప్రజ్ఞవలన కలిగిన సంస్కారము, అన్యసంస్కారముల జీవుని పొందనీయదు.

కనుక సంప్రజ్ఞాత సమాధులలో నిష్ణాతుడైన పిదప అసంప్రజ్ఞాత సమాధుల అభ్యాసమునకు గడంగవలెను. సగుణోపాసనలో పరాకాష్ఠ చెందిన పిదపనే నిర్గుణోపాసనకు గడంగవలెను.

సూ॥ 51. తస్యాపి నిరోధే సర్వనిరోధాత్ నిర్బీజః సమాధిః।

ప్రతిపదార్థము:- తస్యాపి = ఋతంభరప్రజ్ఞ మరియు దాని వలన ఏర్పడిన సంస్కారములు ఈ రెండును, నిరోధే = నిరోధించ

బడిన, సర్వనిరోధాత్ = ఋత, భర ప్రజ్ఞను కూడ నిరోధించుట వలన పొందెడి, సమాధిస్థితి = నిర్బీజ సమాధి.

తా॥ ఋతంభర ప్రజ్ఞవలన ఇతర ప్రకృతి జన్యములైన సంస్కారములన్నియు నిరోధించబడును. మరొక్క ముందడుగు వేసి ఋతంభర ప్రజ్ఞవలన పొందిన సంస్కారముల గూడ నిరోధించుట వలన నిర్బీజ సమాధి సంప్రాప్తమగును.

వివరణ:- నిర్విచార వైశారద్యము పొందుట వలన పరా వైరాగ్యము లభించును. అందువలన సంప్రజ్ఞాత సమాధివలన కలిగిన ప్రజ్ఞ దానివలన పొందిన సంస్కారములు రెండును నశించును. ఇట్లు సర్వ సంస్కారములన్నియు నశించగా ఏర్పడు చిత్త స్థితి, అసంప్రజ్ఞాత సమాధి యనబడును. ఇయ్యదియే నిర్వికల్ప సమాధి. కైవల్యము నభిలషించువారి కియ్యది సర్వదా అభిలషణీయము.

నిర్వికల్ప సమాధిని సంపాదించిన చిత్తము ప్రకృతిలో లీనమైపోవును. జీవాత్మ స్వస్వరూపమున నుండి పరమాత్మను సాక్షాత్కారము చేసికొని పరమాత్మ స్వరూపమగు ఆనందము ననభవించుచు శుద్ధుడు, బుద్ధుడు, ముక్తుడు, కేవలుడగును. (యోగదర్శనము)

సవితర్క, నిర్వితర్క సమాధులు సబీజ సమాధి కక్ష్యకు సంబంధించినవి. 'అలింగము' కూడ సబీజ సమాధికి సంబంధించినదే. నిర్బీజ సమాధికి చేరినపుడు యోగి ప్రకృతి బీజము లన్నింటిని అధిగమించి నిర్బీజ స్థితికి చేరువయగును. 'అస్మిత' స్థితిలో కూడ ప్రకృతి ఒకింత శేషించియున్నది. ఇదివరలో ఒక్కొక్క కోశమును తరించునపుడు ముందుగా సంప్రజ్ఞాత, తదుపరి అసంప్రజ్ఞాత స్థితిని పురుషుడు పొందును. అసంప్రజ్ఞాత స్థితిలో ప్రత్యయము తాత్కాలికముగ అస్పృశ్యమగును. మరల సంప్రజ్ఞాత స్థితిని పొందినపుడు ప్రత్యయము

ప్రత్యక్షమగును, కాని 'అస్మిత' స్థితిని అధిగమించినపుడు అక్కడ ప్రకృతిలేదు. కనుక బీజము వుండుటకు సాధ్యపడదు. కనుక ఆత్మ, స్వస్థానమును పొంది ఆత్మావలోకము గావించును. ఇచ్చట దృశ్యము, ద్రష్ట, దృక్ త్రిపుటి పూర్తిగ నశించును. అనగా దృశ్యము, దృక్, ద్రష్టలో లయించును. ఇదియే ౩-వ సూత్రములో నిర్వచించిన ద్రష్టుః స్వరూపే అవస్థానం. జీవుడను యాత్రకుడు జీవయాత్రను ముగించి మరల స్వస్థానమునకు చేరినాడు. దీనినే క్రైస్తవ సాంప్రదాయములో (Return of the piligrim) అని వ్యవహరించినారు. అనుపాదక లోకములో (తపోలోకము) ఆత్మ అనాచ్ఛాదితమై ఆత్మోప లబ్ధిని పొందినది. ఆ స్థితిలో స్వచ్ఛమై, నిర్మలమై, నిర్గుణమై, నిరాకరణమై, నిర్బీజ సమాధి నొంది ఆనంద సాగరములో నెలకొన్నది. బీజము లేదు. కనుక ఆ స్థితి నిర్బీజ సమాధి స్థితి ఇంకను అతి సూక్ష్మములైన సంస్కారములు మిగిలియున్న కైవల్యము పొందుటలో అవి కూడ సంపూర్తిగ నిర్మూలన మగును. చిత్తవృత్తి నిరోధముయొక్క పరమ లక్ష్యము కైవల్యప్రాప్తి. కైవల్య ప్రాప్తికొరకు జీవుడు తన జీవయాత్రను ప్రారంభించును, ఈ యాత్రలో సంప్రాప్తించు అవరోధములను, వాటిని తరించు మార్గము లన్నియు సమాధి పాదములో పతంజలి మహర్షి వివరించినాడు.

సమాధి పాదము సంపూర్ణము.



ఓమ్

సాధనపాదము

★

సూ॥ 1. తపః స్వాధ్యాయ ఈశ్వరప్రణిధానాని క్రియా యోగః ।

ప్రతిపదార్థము:- తపః = తపస్సు, స్వాధ్యాయ = యోగ సాధనకుపయోగపడు ఉపనిషదాదులు పఠించుట, ప్రణవధ్యానాదులను అభ్యసించుట, ఈశ్వరప్రణిధానాని = పరమగురువైన జగదీశ్వరునందు సమస్త కర్మల ఫలము అర్పించుట. ఈ మూడు సాధనలు క్రియాయోగః = క్రియాయోగము.

తా॥ తపస్సుచేత, ఉపనిషదాది సద్గ్రంథ పఠనమువలన గురోర్గురులైన పరమేశ్వరునకు సమస్త కర్మఫలమును అర్పించి నిష్కామకర్మచేయుట; ఈ మూడు 'క్రియాయోగము' అని యోగాచార్యులు సూత్రీకరించినారు.

వ్యాఖ్యానము:- సాధనపాదములో 32-వ సూత్రములో వివరించబడిన ఈ మూడు సాధనలను 'క్రియాయోగము' అని ప్రత్యేకముగా సూత్రీకరించుటలో యోగాచార్యుల ఉద్దేశమేమి ?

యోగసాధన ప్రారంభించు సాధకులకు మూడు సాధనలు ప్రాథమికాభ్యాసములు. పలువురు సాధకులు ఆరంభములో అమితోత్సాహము చూపుచుందురు. కాని రాను రాను వారి సాధనలో తీవ్రత మందగించును. ఈ ఉత్సాహము క్షీణించకుండుటకు వారిలో 'ఇచ్ఛాశక్తి' (Will power) అధికము కావలెను. యోగసాధన ఎందుకు చేయవలెను ? దాని ముఖ్యోద్దేశమేమి ? దాని చరమ లక్ష్యమేమి ? అను విషయములు తుణ్ణముగ తెలియవలెను. ఈ విషయముల గురించి నిశ్చితాభిప్రాయము కలుగుటకు స్వాధ్యాయము ఉపక

రించును. దీని వలన జ్ఞానశక్తి అభివృద్ధియగును. ఈశ్వర ప్రణిధానము వలన సర్వేశ్వరునకు భక్తి భావములో సర్వకర్మఫల త్యాగము గావించుటచే ఆదర్శవంతమైన క్రియాశక్తి లభించును. ఇచ్ఛా జ్ఞాన క్రియాశక్తులు యోగేశ్వరుడైన పరబ్రహ్మ పరరూపములు, ఈ మూడు శక్తులు అభివృద్ధి నొందిన సాధకుడు నిశ్చల చిత్తముతో పరమ విశ్వాసముతో యోగసాధనను అవిచ్ఛిన్నముగ ఆచరించగలడు.

ఈ మూడు సాధనలు ప్రాథమికాభ్యాసములు మాత్రమేగాక, నిత్యజీవితములో అత్యంత ఉపయుక్తములైనవి కూడ. భగవద్గీతలో వివరించబడిన శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులు, శరీరమునకు బలము ధైర్యము, చిత్తస్థైర్యము, నొసంగును. ప్రణవ జపము, ఉపనిషదాది ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాధ్యయనము వలన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానము, ఈశ్వరప్రణిధానము వలన పరమేశ్వరునిపై అచంచల విశ్వాసము లభించి, సాధకునికి ప్రశాంత చిత్తము లభించును. ఈ సద్గుణములు లభించుట వలన యోగసాధన కుంటుబడక నిరంతరాయముగ జరుగును, క్రియాయోగముయొక్క ప్రయోజనము 2 వ సూత్రములో చక్కగా వివరించబడినది.

సూ॥ 2. సమాధి భావనార్థః క్లేశతనూ కరణార్థశ్చ ॥

ప్రతిపదార్థము:- క్రియాయోగము, సమాధి భావనార్థః = సమాధి సిద్ధిని పొందుటకు, క్లేశతనూ కరణార్థశ్చ = పంచక్లేశములను క్షీణింపజేయుటకు ఉపయోగపడును.

వ్యాఖ్యానము:- తపశ్చర్య వలన చిత్తశుద్ధి లభించును. చిత్తశుద్ధి కలిగిననే, సమాధిస్థితి పొందుట సుసాధ్యమగును. ఏకాగ్రత లభించును. యోగసాధన భావన, అధ్యయనము వలన కలుగును, క్లేశముల గురించిన జ్ఞానము కలుగును, చిత్తశుద్ధికి ఏకాగ్రతకు క్లేశములు అంతరాయములు, క్లేశముల గురించిన నిశ్చితాభిప్రాయము కలిగినపుడు, క్లేశము లెట్లు క్షీణించునో తెలిసి కొనినపుడు యోగ

సాధన సులభతరమగును. కాబట్టి ప్రతి సాధకునకు చిత్త చాంచల్యమును పొందజేయు క్లేశములను నివారించు మార్గము అధ్యయనము ద్వారా లభించును. ఈశ్వర ప్రణిధానము వలన పూర్వకర్మ జనితములగు దోషములు నివారించ సాధ్యమగును. కనుక క్రియాయోగము ప్రాథమికాభ్యాసముగ సాధకునకు అత్యంత ఉపయోగకరమైనది.

సూ॥ 3. అవిద్యా, అస్మితా, రాగద్వేష అభినివేశాః పఞ్చ క్లేశాః।

ప్రతిపదార్థము:- అవిద్య = అజ్ఞానము, అస్మిత = నేను, నాది అను భావము, రాగము = అనురాగము (ఆకర్షణ), ద్వేషము = విరోధభావము (వికర్షణ), అభినివేశాః = మృత్యుభీతి, జీవితేచ్ఛ అనునవి. పఞ్చ క్లేశాః = ఐదు క్లేశములు.

తా॥ అజ్ఞానము, నేను నాది అనే స్వార్థము, అనురాగము, ద్వేషము జీవితేచ్ఛ లేక మృత్యుభయము అను ఐదు పంచ క్లేశములు.

వ్యాఖ్యానము:- క్లేశముల గురించిన విచారము, యోగవిద్యకు మూలము. క్లేశములను క్షీణింపజేయుటే యోగసాధన లక్ష్యము. క్లేశములు చిత్తమును అత్యధికముగా క్షోభ పరచును. క్లేశములు క్షీణించుటచే చిత్తవృత్తులు నిరోధించబడును. చిత్తవృత్తులు నిరోధించుట వలన క్రమముగా ధారణ, ధ్యాన సమాధి స్థితులు పొంద సాధ్యమగును. అన్ని క్లేశములకు మూలము అవిద్య. కనుక యోగ విద్యాభ్యాసము వలన అవిద్య అంతరించును, అవిద్య అంతరించుటచే జ్ఞాన దీప్తి, వివేక ఖ్యాతి లభించును. దానితో ఇతర నాల్గు క్లేశములు మటుమాయమగును. సాధన పాదములో 3-వ సూత్రము నుండి 28 సూత్రములు క్లేశములు వాటి విచారము గురించి క్షుణ్ణముగా విచారము గావించబడినది,

ఈ 25 సూత్రముల గురించిన వివరణ ఎటుల జరిగినదో స్థూలముగ విచారింతము,

విషయము	వివరణ	సూత్రములు
1 క్లేశములనగా ఏవి ?	క్లేశములు ఎన్ని? వాటి వివరణ	3,4,5,6,7,8,9 10,11
2 క్లేశములను ఎట్లు నిర్మూలముచేయుట 3 క్లేశములను ఎందుకు నిర్మూలనము గావించవలెను?	క్లేశములు మానవునికి ఎడ తెగని జన్మకర్మ బంధములను గావించును. కనుక వీటిబంధము లేకుండుటయే ముక్తి.	12,13,14,15
4 క్లేశ నిర్మూలము వలన దుఃఖ నిర్మూలనమగునా?	దుఃఖము నిర్మూలనమగును. భవిష్యత్తులో కల్గుదుఃఖములు కూడ నిర్మూలనమగును, (హేయం దుఃఖమనాగతం)	16
5 క్లేశములకు కారణము ?	ద్రష్ట దృశ్యములతో తాదాత్మ్యము నొందుట.	17
6 దృశ్యస్వరూప మెట్టిది ?	భోగము ప్రయోజనముగాగలది, భూతేంద్రియాది రూపమున పరిణామము చెందునట్టిది, ప్రకాశము క్రమస్థితి స్వభావము కల్గినది.	18, 19
7 ద్రష్ట స్వభావ మెట్టిది ?	జ్ఞానమే స్వరూపముగాగలది.	20, 21, 22
8 ద్రష్ట దృశ్యములు ఎందుకు సంయోగమగును ?	పరిణామము చెందుటకు - ఆత్మవికాసము ఆత్మజ్ఞానము, నొందుటకు.	23
9 ద్రష్టదృశ్యము లెట్లుసంయోగమగుచున్నవి ?	అవిద్య చేత.	24
10 ద్రష్టదృశ్యములను వేరుచేయుటెట్లు?	అవిద్యా క్షయము చేత	25
11 అవిద్య క్షయ మెట్లుజరుగును?	వివేకము చేత	26, 27
12 వివేక మెట్లు కలుగును ?	యోగసాధనచేత	28

సూ॥ 4. అవిద్యాక్షేత్రముత్తరేషాం ప్రసుప్త తను విచ్ఛిన్నోదారాణామ్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- ఉత్తరేషాం = మిగత నాల్గు క్లేశములకు, అవిద్యా = అవిద్యయే, క్షేత్రం = మూలము, ప్రసుప్త = ప్రబోధము లేనందున సంస్కార రూపమున ఉండు క్లేశములు 'ప్రసుప్తములు', తను = క్రియాయోగము చేత శిథిలములు కాబడిన క్లేశములు. తనువులు; విచ్ఛిన్న = భవిష్యత్తులో మరల వృత్తిరూపము ధరించునవి; ఉదారాణాం = విషయ సంయోగము కలిగినపుడు వృత్తిరూపము లందునవి, ఉదారణములు.

తా॥ అస్మితాది క్లేశములకు మూలము అవిద్య. ఈ క్లేశములు ప్రసుప్త, తను, విచ్ఛిన్న ఉదారణ, అను నాలుగు స్థితులలో నుండును.

వ్యాఖ్య:- అవిద్య తదితర నాల్గు క్లేశములకు మూలము, ఇవి నాల్గు స్థితులలో వ్యక్తమగుచుండును.

1. చిత్తములో సంస్కార రూపముగనున్నవి-ప్రసుప్తములు (Dormant)

2. క్రియాయోగముచే శిథిలము కాబడినవి - తనువులు (Atturicted)

3. ఒక క్లేశము సజాతీయము, లేదా విజాతీయము కావచ్చును, మరియొక క్లేశము ఆవిర్భవించుటచే, ఆ పూర్వపు క్లేశము విచ్ఛిన్నమగును. రాగమున్నపుడు క్రోధము విచ్ఛిన్నమగును. అట్లే క్రోధమున్నపుడు రాగముండదు. ఈ రీతిగ భవిష్యత్తులో ప్రకోపింప గల క్లేశములు - 'విచ్ఛిన్నము'గా పేర్కొన బడినవి. (Alternation)

4. ఉదారణములన అణిగియున్న క్లేశములు విషయములందు వృత్తిని పొందనపుడు అవి 'ఉదారణములు'అనబడును. (Expanded)

(ఎ) క్రియా యోగాభ్యాసముచే క్లేశములు క్షీణములై యుండును. (తనువు)

(బి) రాగమున్నపుడు క్రోధముండదు. క్రోధము కలిగినపుడు రాగము కనపడదు. ఇది విచ్ఛిన్నస్థితి.

(సి) వివేక ఖ్యాతి యేర్పడిన వారికి ప్రకృత్యాది సూక్ష్మ తత్వములందు లీనమైన ప్రకృతి లీనులకు అస్మితాది క్లేశములు ప్రసుప్తములై యుండును.

(డి) క్లేశములు అణగియుండి అవకాశము లభించగనే, అవి వృత్తి రూపములుగ విజృంభించును. ఇది ఉదారణము.

ప్రమాణము:- ప్రసుప్తాస్తత్వ లీనానాం, తన్వవస్థాచ యోగినామ్ ।
విచ్ఛిన్నోదార రూపశ్చ, క్లేశా విషయ సంగినామ్ ॥

సూ॥ 5. అనిత్యాశుచి దుఃఖానాత్మసు, నిత్యశుచి సుఖాత్మఖ్యాతి రవిద్యా ॥

ప్రతిపదార్థము:- అనిత్య = అనిత్యము, అశుచి దుఃఖ = దుఃఖము, అనాత్మసు = అనాత్మ వస్తువులు, నిత్య, శుచి, సుఖము ఆత్మానుభావము పొందు జ్ఞానము అవిద్యయని నిర్వచించబడినది.

తా॥ అనిత్య, అశుచి, దుఃఖ అనాత్మవిషయములను నిత్యములు శుచి, సుఖము, ఆత్మయను భావించు అజ్ఞానము, అవిద్య.

వ్యాఖ్య:- అనిత్య విషయములు నిత్యములని, అశుచియైనవి శుచియని, దుఃఖము కల్గించునవి సుఖప్రదములని, అనాత్మవస్తువులని భావన కలిగించు మిథ్యాజ్ఞానము అవిద్యయని ఈ సూత్రము నిర్వచించుచున్నది. నిత్యము కాని కార్యకారణ జగత్తు నిత్యమని, అశుచియైన దేహము శుచియని, దుఃఖహేతువులైన ఇంద్రియభోగములు సుఖప్రదములని, అనాత్మవిషయములైన దారాపుత్ర, ధన

ధాన్య బంధు మిత్ర వర్గము, ఆత్మవిషయములని భావించు మిథ్యా జ్ఞానము అవిద్యయని నిర్వచించబడినది. ధ్రువములు కాని పృథివిని, చంద్రనక్షత్రాలతో కూడిన కాలమును, దేవతా గణములను ధ్రువములని తలంచుట అవిద్య. అవిద్య అనేక విధములుగ లోకమున రూపొందుచున్నను సూచన ప్రాయముగా నాల్గు విషయములే అవిద్య యని ఈ సూత్రమున వివరించబడినవి.

సూ॥ 6. దృగ్దర్శన శక్త్యోరేకాత్మతేవాస్మితా ।

ప్రతిపదార్థము:- దృక్ = చూచువాడు, దర్శన = చూడబడునది, శక్త్యోః = ఈ రెండు శక్తులందు, ఏకాత్మతేవా = ఒక్కటే అను భావము, అస్మిత = అస్మిత.

వ్యాఖ్య:- చూచువాడు, చూడబడునది, ఈ రెండు భిన్న విషయములు. ఒకటి ఆత్మ, మరియొకటి అనాత్మ. అనాత్మవస్తువుతో తాదాత్మ్యత నొంది అదియే తాను అని భావించుట 'అస్మిత, ఉదాహరణము భోగ్యవస్తువు అనాత్మ వస్తువు అయిన రథమును' తానే అని భావించుట, శరీరము అనాత్మవస్తువు అది తానే అని భావించి దానితో తాదాత్మ్యము చెందుట; అనాత్మవిషయములైన దారాపుత్రాదులతో తాదాత్మ్యము నొందుట, అస్మిత అనబడును.

'అస్మిత' అను క్లేశము ప్రభావముచేత, తాను సుఖననియు, దుఃఖననియు భావించును. వాస్తవముగ తాను అకర్త, అభోక్త, నిర్గుణుడు, నిరంజనుడు. అవిద్యా కారణము వలన, అనాత్మ వస్తువులందు ఆత్మత్వ ము నారోపించి, అవి తానే యని భ్రమించి వాటితో తాదాత్మ్యత నొంది అవి పొందు సుఖదుఃఖాను భావములు తానే పొందుచున్నాననను భావము 'అస్మిత'. వివేకఖ్యాతి వలన అవిద్య తొలగును. అందుచే, తాను భోగ్యవిషయములు కానని తెలిసికొనును. అనాత్మ విషయములతో తాదాత్మ్యత పొందుటయే బంధము. వివేక ఖ్యాతిచే ఈ బంధము తొలగి జీవుడు

ముక్తుడగును. ఈ 'అస్మిత' క్లేశమునే వేదాంతులు 'హృదయగ్రంథి' అని వర్ణించినారు. జ్ఞానముచే ఈ 'ముడి' (గ్రంథి) విప్పబడును.

శ్లో॥ భిద్యతే హృదయగ్రంథిః, ఛిద్యంతే సర్వసంశయాః।
క్షీయంతే చాస్యకర్మాణి, తస్మిన్ దృష్టే పరాపరే॥

ఈ శ్లోకభావమేమన హృదయ గ్రంథి విప్పబడుటచే సర్వ సంశయములు తొలగును. సర్వకర్మలు క్షీణించును. అందువలన పర (ఆత్మ) అపర (అనాత్మ) జ్ఞానము కలుగును.

'అస్మి' అనగా నేను ఉన్నాను. (I am), ఈ పదము శుద్ధ చైతన్యమును సూచించుచున్నది. ఇదే పురుషుడు ఈ శుద్ధ చైతన్యము ప్రకృతితో తాదాత్మ్యము చెంది అదే తాను అని మోసపోవును. 'నేను ఉన్నాను' అను జ్ఞానముగల ఆత్మ మాయచే మరుగుపడి "నేను అది, అయివున్నాను" అను భ్రమకు లోనగును. ఈ మాయకు కారణము అవిద్య. అవిద్యాప్రభావము అధికముకాగా 'అస్మిత' క్లేశము మరింత దృఢపడును. ఇది ప్రవృత్తి. నివృత్తి మార్గములో వివేకము అధికమగుకొలది అవిద్య క్షీణించును. అవిద్య క్షీణించుచు రాగా జీవుడు మబ్బు వీడిన సూర్యునివలె స్వస్వరూపము నొంది విలక్షణుడై ప్రకాశించును. జీవుడు, అనాత్మ వస్తువులతో వేరుపడి వాటిని తనకన్న ఇతరములుగా చూచునో అపుడు 'అస్మిత' ప్రభావము క్షీణించి నట్లగును. తాను శరీరముకాదు. శరీరము తన ఉపకరణమని తెలిసికొని విలక్షణుడై ప్రవర్తించును.

కనుక యోగవిద్య అస్మిత క్షయమున కెంతో తోడ్పడును. జ్ఞానమును పొందుచు రాగా, అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ కోశముల తరించి తాను సచ్చిదానందుడుగా వెలుగొందును. ఇదియే సమాధి స్థితిని పొందిన యోగి పొందెడి ఉత్తమోత్తమ స్థితి.

సూ॥ 7. సుఖానుశయీ రాగః।

ప్రతిపదార్థము:- సుఖానుశయీ = సుఖమును పొందజేసిన విషయముపై ఏర్పడిన వృత్తి, రాగ = రాగము అనబడు క్లేశము.

తా॥ తనకు సుఖమును పొందజేసిన వస్తువు లేదా వ్యక్తిపై కలిగిన వృత్తి రాగము.

వ్యాఖ్య:- దేహమునకు సుఖము లభింప జేసిన వస్తువుపై లేక విషయముపై మక్కువ చూపుట రాగము. ఈ రాగము తనను బద్ధుని చేయును. నిజముగ ఈ ఆనందమునకు కారణము ఆనంద స్వరూపుడైన తానే. కాని అజ్ఞానముచే ఈ సుఖమును పొందజేసిన వస్తువు లేక వ్యక్తి, కేవలము తనలోగల ఆనందమును అతిశయింప జేసెనేకాని ఆ వస్తువు లేక వ్యక్తి కలిగించిన తాత్కాలిక సుఖము, దుఃఖ కారణమని ఆతనికి తెలియదు. తెలివి లేమిచే ఆ వస్తువుపై ఆసక్తుడగును. అట్టి ఆసక్తియే రాగము.

సూ॥ 8. దుఃఖానుశాయీ ద్వేషః।

ప్రతిపదార్థము:- దుఃఖానుశాయీ = దుఃఖము పొందజేసెడి వ్యక్తి లేక విషయముపై పొందెడి వైముఖ్యము 'ద్వేషము'.

తా॥ దుఃఖము పొందజేసిన వాటిపై పొందెడి వైముఖ్యత ద్వేషము.

వ్యాఖ్య:- దుఃఖము పొందునది శరీరము. జీవుడు ఆనంద స్వరూపుడు. ఆతనికి దుఃఖమెక్కడిది? కాని దేహాత్మ భావము పొందిన జీవుడు తన శరీరమునకు దుఃఖము పొందుజేసినది, తనకే అని భ్రమతో ఆ దుఃఖకారణమైన విషయముపై విముఖత చెందును. ఈ వైముఖ్యతయే ద్వేషము, శరీరమునకు పొందజేసిన దుఃఖమును మరల మరల స్మరించుచు అందుకు కారణమైన వ్యక్తి లేక విషయముపై పొందెడి మనోవృత్తి దుఃఖము.

సుఖము కలిగించిన వస్తువు లేక వ్యక్తిపై అనురాగము, దుఃఖము కలిగించిన వాటిపై విముఖత (ద్వేషము), ఈ రెండును బంధము కలిగించును. సుఖము కలిగించువాటి యెడ ఆకర్షణ, దుఃఖదాయికముల యెడ వికర్షణ కలుగును. రాగద్వేషములు ఒకే నాణెముయొక్క రెండు ముఖములు. కోరిక తీరుటవలన కలిగిన వృత్తి రాగము తీరకపోవుటవలన కలిగెడి వృత్తి ద్వేషము. ఈ రెంటికి కారణము అవిద్య. అనిత్యములగు సుఖ దుఃఖములను నిత్యములని భావించుట అవిద్య. ఈ రెంటిని పొందునది తన ఉపాధికేగాని తనకు కాదు. శరీరమునకు సంబంధించిన యీ రెండు తనకు సంబంధించినవే అనెడి 'అస్మిత' 'అవిద్య' ఈ రెండింటికి మూలము.

ద్వేషమునకన్న రాగము కొంత నయము. ఒకపుడు రాగము అతిశయించుచు రాగా మానవుడు అందుకు కారణమైన వ్యక్తికై త్యాగము చేయును. త్యాగము చేయుటచే అమృతత్వము సిద్ధించును. రాగము ప్రేమగామారి త్యాగముచేయ సంసిద్ధతను పొందజేయును. కాని ద్వేషము క్రోధమును పెంచి పతనమునకు దారితీయును కనుక ద్వేషమునకన్న రాగము ఒకింత మేలు.

రాగద్వేషములకు గల సామాన్య విషయములు.

(1) రెండూ ఉపాధికి సంబంధించినవి (2) రెండింటికి కారణము 'అవిద్య' 'అస్మిత' (3) ఈ రెండింటికి మూలము కోరికలు.

జ్ఞానము కలుగుటచేత అవిద్య క్షయమగును. అవిద్యా క్షయము చేత 'అస్మిత' క్షయమగును. కోరికలుడుగును.

కనుక రాగద్వేషములను క్లేశముల నిర్మూలనమునకు 'జ్ఞానము' అవసరము. వివేకఖ్యాతివలన జ్ఞానము లభించును. యోగవిద్య ఇట్టి జ్ఞానమును పొందజేసిన మానవుని బంధవిముక్తిని గావించును.

సూ॥ 9. స్వరసవాహీ విదుషోపి తథా రూఢోఽభినివేశః ॥

ప్రతిపదార్థము:- స్వరసవాహీ = పూర్వజన్మలందు అనుభవించిన మరణ దుఃఖము వలన కలిగిన వాసనా సముదాయము విదుషోపి తథా = మూఢునకు వలె విద్వాంసునకును, రూఢః = ప్రసిద్ధమైనది, అభినివేశః = అభినివేశము (జీవేచ్ఛ, మరణభయము)

తా॥ మూఢులకు వలెనే విద్వాంసులకు వుండెడి జీవేచ్ఛ మరణభయము, అభినివేశము అనబడుచున్నది, ఇది పూర్వజన్మల వాసనా బలము చేత కలుగుచున్నది.

వ్యాఖ్య:- సృష్టిలో ప్రతిప్రాణికి 'తాను జీవించవలెను' అను ఇచ్ఛ సర్వసామాన్యమైనది. పూర్వజన్మలో పొందిన మరణానుభవము, ఈ కోరికకు మూలము. ఇంతకు పూర్వము మరణానుభవము లేనివారికి మరణభయ ముండదు. పుట్టిన జీవి గిట్టుట సృష్టి విధానముగా వున్నను, పూర్వజన్మలలో మరణము లనుభవించి యుండుట వలనను ప్రతిప్రాణికి జీవేచ్ఛ సహజము, ఈ జీవేచ్ఛకు మరియొక కారణము కలదు, తాము కోరిన కోర్కెలు ఇంకా అనుభవించవలెనను తృష్ణ జీవేచ్ఛకు మరణభయమునకు కారణము. జనన మరణములు స్వభావసిద్ధములని తెలియని పామరులకు ఈ అభినివేశము వుండుటలో అర్థమున్నది. కాని పండితులకు కూడ ఈ జీవేచ్ఛ వుంటూన్నదని ఈ సూత్రము చెప్పుచున్నది. జీవేచ్ఛకు కారణము సుఖముపై రాగము, దుఃఖముపై ద్వేషము, మరియు సుఖదుఃఖము లనుభవించుచున్నది, శరీరమే అయినను తానే అనుభవించుచున్నానను 'అస్మిత' అవిద్య.

ఈ విధముగ పంచక్లేశములు యోగసాధనకు తీరని అంతరాయములు. ఈ పంచక్లేశములు అన్య శాస్త్రములందు తమస్సు, మోహము, మహామోహము, తామిస్రము, అంధతామిస్రము అని

వర్ణించబడినవి. 4-వ సూత్రములో ఈ క్లేశములు ప్రసుప్త, తను, విచ్ఛిన్న ఉదారణ అను నాల్గు దశలలో నుండునని చెప్పబడినది. 10, 11 సూత్రములలో దగ్ధబీజము, అను 5 వ అవస్థ వివరించబడినది.

సూ॥ 10. తే ప్రతిప్రసవ హేయాః సూక్ష్మాః ॥

ప్రతిపదార్థము:- తే = అవి (ఈ వరకు వివరించబడిన క్లేశములు), ప్రతిప్రసవ = అవి ఎందుండి ఉత్పన్నమైనవో ఆ మూలమునకు యోగసాధనచే తీసుకొని వెళ్ళినను, హేయాః సూక్ష్మాః = అవి యింకను సూక్ష్మరూపములో నుండును.

తా॥ క్లేశములను సాధనచే అవి జన్మించుటకు మూల కారణమైన (జన్మస్థానమైన) అవిద్యవరకు తీసుకొని వెళ్ళినను, అవి సూక్ష్మస్థితిలో నుండి, అవకాశము వచ్చినపుడు మరల ఉదారణములగును.

వ్యాఖ్య:- క్లేశములు ప్రకృతి జన్యములు. ప్రవృత్తిమార్గములో అవి మానవుని బంధించును. నివృత్తి మార్గములో ఈ బంధములు విడిపోవును. ఏ మార్గములో ప్రకృతిలో చిక్కుకొని పోయినవో తెలిసికొని అదేమార్గమున వెనుకకు వెళ్ళు గమనము 'ప్రతిప్రసవము' అని సూత్రకారుడు ఉద్బోధించెను. ఉదాహరణకు 'అభినివేశము' అను క్లేశమును తీసుకొందము. అభినివేశమునకు జీవేచ్ఛ కారణము. పూర్వజన్మలలో పొందిన రాగద్వేషములు వీటికి కారణము. మానవుడు తానే శరీరము అనుభావన 'అస్మిత' కారణము. శరీరమే తాను అను భావమునకు కారణము అవిద్య. కనుక సాధనచేత క్లేశమును 'సుప్త' స్థితి నుండి 'తను' స్థితికి తేవచ్చును. ద్వేషభావమును సాధనచే క్షీణింపచేయవచ్చును. కాని అది సూక్ష్మమై నివురు గప్పిన నిప్పువలె నుండి అవకాశము లభించగా పూర్వస్థితికి విజృంభించును. విశ్వామిత్రునంతటి మహర్షి కొన్ని వేల సంవత్సరములు తపము

గావించినను, ఆతనిలో 'ద్వేషము' సుప్త స్థితిలో నుండెను. కనుక క్లేశములు క్షీణములైనను అందులో అవి బీజరూపముగ నుండును. బీజమును పెన్నములో వేయించినపుడే అది పూర్తిగ నిర్వీర్యము కాగలదు. క్లేశము 'దగ్ధ బీజము' కావలసిన ధర్మమేఘ స్థితిని పొంద వలసి యుండును. అంతవరకు ఈ క్లేశ బీజము మరల చిగిరించు అవకాశమున్నది.

ప్రవృత్తి నుండి నివృత్తి మార్గమునకు మరలెడి గమనము లోని మార్పు ప్రతిప్రసవము. ఇది చాల పవిత్రముగ భావించ బడినది. ఏ నది యైనను ఏ ప్రదేశములో మరల తన జనన స్థానము వైపు మరలునో, ఆ స్థానము తీర్థముగ భావించబడుచున్నది. గంగా నది కాశీ క్షేత్రములో ఉత్తరాభిముఖయైనందున ఆ నదికి అచ్చట ప్రత్యేకత ఏర్పడినది.

సూ॥ 11. ధ్యానహేయాః తద్వృత్తయః ॥

ప్రతిపదార్థము:- తద్వృత్తయః = బీజభావమును పొంది దగ్ధము కాని క్లేశములు, ధ్యానహేయాః = ధ్యానముచేత నిర్మూలనము గావించవచ్చును.

తా॥ ధ్యానసాధనచేత క్షీణింప చేయబడిన క్లేశములు దగ్ధ బీజములుగా చేయవచ్చును.

వ్యాఖ్య:- క్రియాయోగములో చెప్పబడిన తపస్సు, స్వాధ్యాయము ఈశ్వర ప్రణిధానము ద్వారా క్లేశములను క్షీణింప జేయవచ్చును క్షీణత చెందిన క్లేశములు మరల విజృంభించరాదు. అందుకు ధారణ, సమాధ్యవస్థలకు చిత్తము కొంపోబడవలెను. ధర్మమేఘ సమాధికి వెళ్ళిననేగాని క్లేశములు నిర్మూలనము కావు. అంతవరకు క్లేశములు సూక్ష్మరూపములలో అన్నివైపుల నుండి సాధకుని బాధించును. కనుక సదాజాగరూకతతో, ఆత్మ పరిశీలనతో

క్లేశములను పరిశీలించి అక్కడికక్కడ వాటిని నిర్మూలించవలెను, ఏమరుపాటు ఏమాత్రము కూడదు. అందుకే యోగసాధన దీర్ఘ కాల నైరంతర్య సత్కారములతో చేయవలెను.

సూ॥ 12. క్లేశమూలః కర్మాశయో దృష్టాదృష్టజన్మ వేదనీయః ॥

ప్రతిపదార్థము:- దృష్టాదృష్ట - జన్మవేదనీయః = ఈ జన్మ లోను మరుజన్మలలోను సుఖ దుఃఖములను అనుభవింపజేయు, కర్మాశయః = శుభాశుభ కర్మలు, క్లేశమూలః = క్లేశములకు కారణములు.

తా॥ ఈ జన్మలో మరుజన్మలలోను అనుభవించ వలసిన కర్మ ఫలములే క్లేశములకు కారణము.

వ్యాఖ్య:- క్లేశములకు కర్మలు కారణము. క్లేశములను నిర్మూలించవలసిన చేసిన కర్మఫలములను అనుభవించక తప్పదు. అనుభవించక తీరని కర్మలను బాధతో అనుభవించిన మరల అవి కర్మఫలమును పొందజేయును. కనుక అనుభవించక తప్పని కర్మలను తటస్థ బుద్ధితో అనుభవించిన అవి క్రొత్తకర్మలను సృజించవు. ఈ జన్మలో చేయు సత్కర్మలను సంగరహితముగా చేసిన భవిష్యత్తులో క్రొత్త కర్మలు ఏర్పడవు. ఈ దృష్టితో కర్మలు చేయుచు రాగా కర్మాశయము (సంచిత కర్మలు) క్షీణించును. జ్ఞానాగ్ని చే కర్మలను నిర్మూలించువారు, పండితులని భగవద్గీత ఉద్బోధించుచున్నది. (జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్మాణి తమాహుః పండితంబుధాః)

సూ॥ 13. సతిమూలే తద్విపాకో జాత్యాయు ర్భోగాః ॥

ప్రతిపదార్థము:- మూలే = కర్మాశయములకు మూలములైన క్లేశములు, సతి = ఉండగా, జాత్యాయుర్భోగాః = జాతి ఆయుర్దాయము భోగముల ద్వారా, విపాకః = అనుభవించవలసి యున్నది.

తా॥ పూర్వ జన్మలలో చేసిన కర్మల ఫలితము క్లేశములు. ఈ క్లేశములు జాతి, ఆయుర్దాయము భోగముల ద్వారా అనుభవించ నగును.

వ్యాఖ్య:- పూర్వజన్మల సంచితములైన కర్మలు, క్లేశములకు కారణములు. ఈ కర్మానుభవము ఆయాజీవి జన్మించిన జాతి (పరిస్థితి), ఆయుర్దాయము, సుఖ దుఃఖానుభోగముల ద్వారా అనుభ వించవలసియున్నది. కర్మానుభవము పూర్తి అయిననేగాని జన్మలు అంతరించవు. ఆయా జన్మలలో సంభవించిన పరిస్థితులను, సుఖ దుఃఖాలను ఆ జీవిత కాలములో వైరాగ్యములో అనుభవించవలెను. వైరాగ్యములో అనుభవించుట ద్వారా పూర్వకర్మలు క్షీణించును. నిష్కామ కర్మచేయుట ద్వారా క్రొత్తకర్మలు కలుగవు. అభ్యాస వైరాగ్యముల ద్వారా సంచిత కర్మను క్షీణింపజేసి ఆగామి కర్మను లేకుండ జేసిన, కొద్ది జన్మలలో కర్మక్షయమగును.

సూ॥ 14. తే ఆహ్లాద పరితాప ఫలాః పుణ్యాపుణ్యహేతు త్వాత్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- తే = అవి అనగా జాతి, ఆయువు, భోగ ములు, పుణ్యాపుణ్య హేతుత్వాత్ = పూర్వము చేసిన పుణ్యపాప కర్మల కారణము వలన, ఆహ్లాద పరితాప ఫలాః = సుఖ దుఃఖములను ఫలముల నిచ్చును.

తా॥ జాతి, ఆయువు భోగము అనునవి పూర్వజన్మలలో చేసిన పుణ్య పాప కర్మల ఫలితముగ లభించును.

వ్యాఖ్య:- ఈ జన్మములో పొందిన ఆయుర్దాయము, జాతి (పరిస్థితులు) సుఖభోగము. దుఃఖానుభవములు పూర్వజన్మల సంచిత కర్మఫలము వలన సంభవములగును. సత్కర్మల వలన సుఖము, దుష్కర్మవలన దుఃఖము లభించును. దుఃఖానుభవములకు మూలము లైన దుష్కర్మల చేయుట మానవలెను. సుఖదాయకములైన

సత్కర్మలను చేయుటయా ? చేయకుండుటయా? దీనికి సమాధానము 15 వ సూత్రములో చెప్పబడినది.

సూ॥ **15**. పరిణామతాప సంస్కార దుఃఖైః గుణవృత్తి విరోధాచ్చ, దుఃఖమేవ సర్వం వివేకినః ॥

ప్రతిపదార్థము:- వివేకినః = వివేక వంతునకు, పరిణామ = పరిణామమువలన, తాప=తాపము వలన, సంస్కార=సంస్కారము వలన కలిగిన, దుఃఖైః =దుఃఖముల చేతను, గుణవిరోధాచ్చ =సత్వ రజస్తమోగుణములలో గల వైరముల వలన దుఃఖము కలుగును. కాన, సర్వం = సమస్తము, దుఃఖమేవ = దుఃఖమే.

తా॥ పరిణామ, తాప, సంస్కార గుణవృత్తుల వలన దుఃఖము సంభవించును. కనుక వివేకవంతునకు జీవిత మంతయు దుఃఖ మయమే.

వ్యాఖ్య:- శంకర భగవత్పాదులు - "లోకమంతయు శోక ముచే హతమగుచున్నది" (లోకం శోకహతం చ సమస్తం) అని 'మోహ ముద్గర'లో సెలవిచ్చి యున్నారు. ఈ సూత్రములో వివిధములైన దుఃఖములు సూచించ బడినవి. వీటిని విచారించిన ప్రతి మానవుని జీవితము దుఃఖ మయమని చెప్పక తప్పదు. ఇంద్రియ భోగములు సుఖములుగా అగుపించినను అవి దుఃఖ కారణములుగ పరిణమించును (యేహి సంస్పర్శజా భోగాః దుఃఖ యోనయ ఏవ తే_ భగవద్గీత). ఇదియే పరిణామ దుఃఖము చేతనా చేతనములైన విషయముల వలన పొందిన సుఖము 'రాగము'ను పెంపొందించును. ఈ భోగాశక్తి వలన మరల మరల ఆ సుఖమును పొందవలెనను కోరిక అభివృద్ధియగును. ఇంద్రియ భోగములపై ఆసక్తి వలన పాప కర్మలు చేయవలసి వచ్చును. ఆ ఇంద్రియ సుఖములు జీవితాంతము అనుభవించవలెనను. కోరికకు దేహప్రవృత్తి అవరోధమగును. అందువలన దుఃఖము కలుగును. ఆ సుఖేచ్ఛకు అవరోధము కలిగించు

వ్యక్తులపై క్రోధము, క్రోధము వలన సమ్మోహము, అందు వలన స్మృతి విభ్రమము, దానివలన పతనము కలుగును.

భూతములను హింసించనిది భోగము లభింపదు. (నానుప హత్యభూతాన్యుప భోగః సంభవతి) అను నానుడి వలన భోగాభిలాష ఇతర జీవులకు దుఃఖము కలిగించును. అటులనే వాచక మానసిక కర్మాశయములు దుఃఖకారణములు కాగలవు.

తాప దుఃఖము:- మానవుడు సుఖము ననుభవించునపుడు అందుకు అవరోధము కలిగించు విషయములపై క్రోధము, ద్వేషము పొందును. ఈ ద్వేషము వలన కాయిక వాచిక మానసిక కర్మలు చేయును. కనుక దుష్కర్మ చేయవలసి వచ్చును. దుఃఖసాధనములను ఎదుర్కొను శక్తి చాలనందున దుఃఖము కలుగును. ఇదియే తాప దుఃఖము.

సంస్కార దుఃఖము:- సుఖములనుభవించుట వలన కొన్ని సంస్కారములు కలుగును. ఈ సంస్కారములు అలవాట్లుగా మారును. కాని జీవితములో ప్రాకృతికములైన మార్పులు వచ్చుచుండును. ఆ మార్పులకు అనుగుణ్యముగా అలవాట్లు మారవు. మారకపోవుట వలన దుఃఖము సంభవించును. దక్షిణాదిన వరియన్నము తినుట అలవాటు దక్షిణాదివారికి ఉత్తరాదికి వెళ్ళిన అక్కడ ఆహార విధానములో మార్పు రావలెను. అట్లు మారలేక పోవుట వలన బాధ కలుగును. కాని వివేకి అయినవాడు ప్రాకృతికముగ వచ్చు మార్పులకు అనుగుణ్యముగ తన అలవాట్లు మార్చుకొనును. కాని సామాన్యుడు ఈ అలవాట్లకు బద్ధుడై వాటిని మార్పు చేసుకొనలేక దుఃఖితుడగును. దేశము కాలము వయసు కుటుంబ పరిస్థితులలో వచ్చు మార్పులకు అనుగుణ్యముగా తన సంస్కారములను (Habits) అలవాట్లను మార్చుకొన జాలనపుడు కలిగెడి దుఃఖము సంస్కార దుఃఖము.

గుణవృత్తి నిరోధము:- సత్వరజస్తమోగుణములు మానవులు కలిగియుందురు. ఆయా గుణములకు తగిన వృత్తిలో వారు సుఖముగ జీవించగలరు. కాని ఆ గుణములకు విరుద్ధములైన వృత్తులు కర్మవశమున చేయవలసివచ్చిన దుఃఖము కలుగును. ఉదాహరణకు ఒక సత్త్వగుణ ప్రధానుడైన వ్యక్తి కర్మవశముచేత పోలీసు ఉద్యోగము చేయవలసి వచ్చినపుడు, రజోగుణ ప్రధానమైన ఆ వుద్యోగము చేయజాలక సతమతమగును, దుఃఖము పొందును. అటులనే కేవలము కాయిక కష్టములు చేయుటకు అలవాటుపడిన తామసగుణము కలిగిన ఒక సామాన్యమానవుడు విధివశమున రాచరికము చేయవలసిన అమిత దుఃఖమును పొందును. రాచకుటుంబములో జన్మించిన వ్యక్తి కర్మవశమున ఒక సేవకావృత్తి చేయవలసిన దుఃఖమును పొందును,

కనుక జ్ఞానియైన వివేకి అన్ని విధములైన పరిస్థితులకు అనుగుణ్యాముగ ప్రవర్తించి దుఃఖము నొందడు, కనుక యోగి|సుఖదుఃఖములను సమ భావముతో చూచును. దుఃఖము నొందడు.

ఇంతవరకు శాస్త్ర ప్రతిపాద్య విషయమును సంక్షిప్తముగ వివరించుచు సూత్రకారుడు (1) హేయము (2) హేతువు (3) హానము (4) హానోపాయమును గురించి రాబోవు సూత్రములో వివరించును,

సూ॥ 16. హేయం దుఃఖం అనాగతమ్॥

ప్రతిపదార్థము:- అనాగతం = రాబోవు, దుఃఖం = దుఃఖము హేయం = విడువ దగినది.

తా॥ భవిష్యత్తులో సంభవించగల దుఃఖమును, రాకుండ జేయవచ్చును.

వ్యాఖ్య:- భూతకాలములో చేయబడిన కర్మల అనుభవము ఈ జన్మలో అనుభవించుట ద్వారా ఆ కర్మను నివారించవచ్చును

కాని భవిష్యత్తులో దుఃఖము రాకుండ ఈ జన్మలో ప్రయత్నము ద్వారా నివారింప సాధ్యమగును.

దుఃఖము అనుభవించక తప్పదు. కనుక అనుభవించక తప్పని పురాకృత కర్మఫలితములను ఓరిమితో సహించుట వలన ఆ కర్మ క్షీణించును అని కొందరు ప్రాజ్ఞుల అభిప్రాయము.

భగవంతునిపై భారము వేసి, అతనిపై భక్తి ప్రపత్తులు కలిగి యుండిన ఆపదోద్ధారకుడైన భగవంతుడు దుఃఖముల నుండి దూరము చేయగలడని, భక్తుల శ్రేణికి చెందిన మహాత్ములు భావింతురు. కాని పతంజలి మహర్షి దుఃఖ నివారణమునకు మరొక వుపాయమును ఈ సూత్రము ద్వారా వెల్లడి చేయుచున్నాడు. పురాకృతముగాని, ఈ జన్మలో అనుభవించ వలసినదిగాని, భవిష్యజ్జన్మలలో కలుగబోవు దుఃఖమును, ఈ జన్మలోనే నిశ్శేషముగ నివారించ వచ్చును. అష్టాంగ యోగమార్గము ద్వారా సాధన గావించి వివేక ఖ్యాతిని పొంది, కర్మబీజములను దగ్ధము గావించవచ్చును. కనుక దుఃఖమునకు కారణము ఏమో వివేకముతో విచారించి, అష్టాంగ యోగ సాధనద్వారా దుఃఖ నివారణ గావించు కొనవచ్చును, అని పతంజలి మహర్షి అభిమతము.

సూ॥ 17. ద్రష్టృ దృశ్యయోః సంయోగో హేయహేతుః॥

ప్రతిపదార్థము:- ద్రష్ట = చూచువాడు (పురుషుడు) దృశ్య= చూడబడునది (ప్రకృతి), సంయోగః = సంయోగము (కలయిక) హేయ = విడువవలసిన దుఃఖమునకు, హేతుః = కారణము.

తా॥ ప్రకృతి పురుషుల సంయోగమే దుఃఖమునకు కారణము.

వ్యాఖ్య :- ఈ సూత్రము దుఃఖమునకు కారణమేమో తెలియజేయుచున్నది. ప్రకృతితో పురుషుడు తాదాత్మ్యము చెందుటే దుఃఖమునకు మూలము. పురుషుడు ప్రకృతితో సంయో

గము పొందుట చేతనే సృష్టి సంభవమైనది. 'తత్ సృష్ట్వా తదే వాను ప్రావిశత్' అని ఉపనిషత్తు చెప్పుచున్నది. ప్రకృతిని సృష్టించి పరమాత్మ (ఆదిపురుషుడు) అందు ప్రవేశించెను. ఈ ప్రవే శమునకు కారణమేమి? అను ప్రశ్నకు సమాధానము, మానవ మేధస్సుకు సాధ్యము కానిది. ఈ సృష్టి ఎందుకు చేసెను? దుఃఖము కల్పించుట ఎందుకు? అను ప్రశ్నకు ఆ పరమేశ్వరుడే సమాధానము చెప్పగలడు. ఇదంతయు ఆతని 'లీల' అని చెప్పి తృప్తి పడుచున్నారు. సమాధి స్థితికి వెళ్ళి ఈశ్వరుని మనసు స్థాయికి మన మనసును తేగలిగినపుడు ఈ కారణము విదితము కావచ్చును.

సూ॥ 18. ప్రకాశ క్రియాస్థితి శీలం భూతేంద్రియాత్మకం భోగాపవర్గార్థం దృశ్యమ్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- భోగాపవర్గార్థం = భోగము అపవర్గము ప్రయోజనములుగా గలది, భూతేంద్రియాత్మకం = పంచభూత ములు, ఇంద్రియముల రూపముగలది; ప్రకాశ క్రియాస్థితి శీలం = ప్రకాశము, క్రియ, స్థితి స్వభావముగా గలది, దృశ్యం = దృశ్యము (ప్రకృతి, జ్ఞేయం)

తా॥ అనుభవించుట, అపవర్గప్రాప్తి (మోక్షము) పంచ భూతములు, పంచేంద్రియములు, ప్రకాశము, క్రియ, స్థితి అను భావము కలది దృశ్యం.

వ్యాఖ్య:- ప్రకృతియొక్క లక్షణములు - ప్రకాశ క్రియాస్థితి- ఇవి సత్వ, రజ తమోగుణముల లక్షణములు-

ఆధునిక శాస్త్రము అభివృద్ధి యగుచు రాగా పరిశోధనా ఫలితముగ ప్రతి సూక్ష్మాణువు సంచలించుచుండునని తెలియవచ్చి నది. కణముల వేగము మందస్థితి నుండిన - అది తమోగుణము. అస్తవ్యస్తముగ చలనము చెందుచుండిన అది రజోగుణము - లయ

బద్ధముగ పయనించుచుండిన - అది సత్వగుణముగ తెలియనగును. సత్వగుణము - ప్రకాశమును; రజోగుణము క్రియను, తమోగుణము సామ్య స్థితిని (Stability) కలిగియుండును. ఒక ఉదాహరణ మూలకముగ ఈ త్రిగుణములను అర్థము చేసికొనుటకు ప్రయత్నింతము. చలనము కలిగియుండుట ప్రకృతి స్వభావము. గదులలో సైనికులు నిర్బంధములో వుండుట తమోగుణముగ భావింతము. ఇక్కడ వారికి చలనము కలదు కాని అది పరిమితముగ నున్నది. వారిని బయటకు వదలిపెట్టు నియమము లేనందున అస్తవ్యస్తముగ తిరుగుచుందురు. ఇది రజోగుణముగ భావించవచ్చును. ఈ గుంపుగా చెల్లాచదరుగ తిరుగుచున్న వారిని క్రమబద్ధముగా నడిపించుట సత్వ గుణముగా భావించవచ్చును. నడక రజస్సు, నిలకడ - తమస్సు; క్రమబద్ధముగ నడక సాగించుట సత్వరజస్తమోగుణము లక్షణముగ అర్థము చేసుకొనవచ్చును.

ప్రకృతి త్రిగుణాత్మకము - ఈ మూడు లక్షణములు ప్రకృతి లోని ప్రతివస్తువులో చూడవచ్చును. త్రిగుణాతీతుడైనవాడు ఈ మూడు గుణములు కలిగియుండియు వాటిని సామ్యస్థితిలో నుంచు కొనగలిగిన శక్తిగలవాడగును. ఈ గుణములకు బద్ధుడుగాక వాటిని సమన్వయము గావించుకొను శక్తి కలిగియుండును.

భూతేంద్రియార్థము

భూతములు - పృథివి, అప, తేజ, వాయు, ఆకాశములు

ఇంద్రియార్థములు - గంధము, రస, రూప, స్పర్శ, శబ్ద.

ఇంద్రియములు - ఘ్రాణ, జిహ్వా, చక్షు, త్వక్, శ్రోత్ర

పంచభూతములు - శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస గంధములు కలవి. వాటిని ఇంద్రియములు తెలిసికొనగలవు. కనుక దృశ్య (జ్ఞేయ ప్రకృతి) ము భూత, ఇంద్రియ ఇంద్రియార్థములతో కూడినది.

భోగము అపవర్గార్థము

దృశ్యమాన ప్రకృతి భోగము, అపవర్గముల ప్రాప్తి పొందజేయు సుక్షేత్రము. జీవాంశ ప్రకృతిలోనికి జొచ్చి తాదాత్మ్యత చెంది దాని స్వస్వరూప జ్ఞానమును విస్మరించి, ఇంద్రియార్థములు పొందజేయు భోగములను అనుభవించుచు, సుఖ దుఃఖములు పొందుచు, జన్మకర్మలు చేయుచుండును. జీవాంశ ఈ అనుభవములను పొంది మరల ప్రకృతి బంధమునుండి విడివడుటయే అపవర్గము. ఇదియే ప్రకృతియొక్క ఆవశ్యకత. ప్రకృతియే దాని నియమముల పాటించు వారికి అపవర్గమును ప్రసాదించును. జీవాంశ ప్రకృతితో సంబంధము కలుగ జేసుకొని, తాదాత్మ్యత నొంది దానిని గురించిన జ్ఞానమును పొంది, దాని నుండి విముక్తిని పొందుటే సృష్టి విధానము.

సూ॥ **19.** విశేషావిశేష లింగ మాత్రా లింగాని గుణ పర్వాణి ॥

ప్రతిపదార్థము:- విశేష = విశేషములు, అవిశేష = అవిశేషములు, లింగమాత్ర = లింగమాత్రము, అలింగము = అలింగము, గుణపర్వాణి = దృశ్యములైన సత్వరజస్తమో గుణముల అవస్థలు.

వ్యాఖ్య:- 18-వ సూత్రములో దృశ్యముయొక్క లక్షణములు గుణముల గురించి తెలుపబడినవి. ఈ సూత్రములో మరికొన్ని లక్షణములు వివరించబడినవి. విశేష, అవిశేష, లింగమాత్ర, అలింగములు గుణముల అవస్థలుగ ఈ సూత్రము వివరించుచున్నది,

1. విశేషములు:

పంచభూతములు (1) (1)పృథివి (2) అప (3)తేజ (4)వాయు (5)ఆకాశము
జ్ఞానేంద్రియములు(2) (1)త్వక్ (2)చక్షు (3)శ్రోత్ర (4)జిహ్వ (5)ఆఘ్రాణము
కర్మేంద్రియములు(3) (1)వాక్కు (2)పాణి (3)పాయు (4)పాద (5)ఉపస్థ.
(4) మనస్సు — మొత్తము - 16

2. అవిశేషములు

(1) శబ్ద తన్మాత్ర (2) స్పర్శ తన్మాత్ర (3) రూప తన్మాత్ర
(4) రసతన్మాత్ర (5) గంధ తన్మాత్ర.

ఈ అయిదు తన్మాత్రలు ఆకాశాది పంచ మహాభూతములకు సంబంధించినవి.

(1) శబ్ద తన్మాత్ర		ఏక లక్షణము	శబ్ద
(2) స్పర్శ	,,	ద్వి లక్షణములు	శబ్ద స్పర్శ
(3) రూప	,,	త్రి లక్షణములు	శబ్ద, స్పర్శ, రూప
(4) రస	,,	చతుర్లక్షణములు	శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస
(5) గంధ	,,	పంచలక్షణములు,	శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధ

3. లింగ — సమిష్టిగా పంచ తన్మాత్రలకు, పంచ భూతములకు వ్యష్టిగా అహంకారమునకు, జ్ఞానేంద్రియ కర్మేంద్రియములకు కారణమైన మహత్తత్త్వము 'లింగ మాత్ర' అని వ్యవహరించ బడినది. ఇది ఒకపుడు నాశనము పొందునది. లయము పొందునది.

4. అలింగ — మహాతత్త్వమునకు మూలకారణమైన సత్వ రజస్తమో గుణాత్మకమగు మూల ప్రకృతి 'అలింగము'గ వ్యవహరించబడుచున్నది. ఇది వినాశనము కానిది. లయము పొందనిది. ఇది ప్రధానమని కూడ వ్యవహరించబడుచున్నది.

వివరణ

మూల ప్రకృతి గుణాత్మకము
అలింగము — అవినాశి
|
ప్రకృతి (అలింగము)

[సమిష్టి] మహత్తు — పంచ తన్మాత్రలు
శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధ
పంచభూతము
పృథ్వి, అప, తేజ, వాయు, ఆకాశ

మహత్తు [వ్యష్టి] — అహంకారము
జ్ఞానేంద్రియలు త్వక్, చక్షు, శ్రోత, జిహ్వా, అఘ్రాణములు
కర్మేంద్రియములు వాక్, పాణి, పాద పాయు, ఉపస్థ.

మూలప్రకృతిలో గుణములు లయమైయుండును. ప్రకృతి ఆవిర్భావములో గుణములు వ్యక్తములగును. మొదటి దశలో అలింగ - మహా తత్త్వములో వ్యక్తమగును. అందుండి పంచతన్మాత్రలు - వాటి నుండి పంచభూతములు ప్రవర్ధమానమగును.

సంప్రజ్ఞాత సమాధిలో చైతన్యము ఈ నాలుగు దశలలో వెలుగొందును. (సమాధిపాద - 17 సూ. ఈ విషయమును గూర్చి తైమినిగారు తమ (Science of yoga) లో ఈ విధముగ వివరించిరి.

చైతన్య స్థితులు	గుణములయొక్క స్థితి	వేదాంత పరిభాష.
వితర్క	విశేష	మనోమయ కోశ
విచార	అవిశేష	విజ్ఞానమయ ,,
ఆనంద	లింగ	ఆనందమయ ,,
అస్మిత	అలింగ	ఆత్మ

గుణములు సంప్రజ్ఞాత సమాధిలో పై విధముగ సూక్ష్మస్థితిలో నుండును. విశేషస్థితిలో - నామరూపములతో మనోమయ కోశములో వ్యక్తమగును, అవిశేషస్థితిలో - ప్రజ్ఞ విజ్ఞానమయ కోశములోను లింగస్థితిలో ప్రజ్ఞ ఆనందమయ కోశములోను అలింగ స్థితిలో ఆత్మస్థితిలో నుండును. ఈ ప్రజ్ఞా విశేషమును ఒక ఉదాహరణ పూర్వకముగ అర్థము చేసికొనుటకు ప్రయత్నింతము. ప్రజ్ఞాత సమాధిలో గుణములు ఈ విధముగ సూక్ష్మత జెందును. ఒకబల్లపై వివిధ రకములగు బంగారు ఆభరణములుంచబడినవి. (ఉంగరము కమ్మలు, గాజులు, హారము వగైరా). ఈ ఆభరణములు 'విశేష' స్థితిలో ఆయా నామరూపములు కలిగినట్లు తోచును. అవిశేష స్థితిలో నామరూపములు గాక శరీరాంగములు ధరించు ఆభరణములుగా తోచును. లింగస్థితిలో కంసాలివాడు అన్నిటినీ ఆభరణములుగా కాక అందులోని బంగారుగా చూచును. అలింగస్థితిలో అన్నీ మూటగట్టి అవి అన్నిటినీ ఒకటిగా చూచును. అదేవిధముగ

సమాధిస్థితిలో ఉత్తమ దశకు పోవుకొలది ఈ గుణములు - సూక్ష్మత మములై, తుదకు ప్రకృతిలో భాగము అయిపోవును.

సమాధిలో వ్యష్టిగా, గాక సమష్టిగా పదార్థములు గోచరించును. ఆయా స్థితులలో అవి ఎట్లుండునో మాటలతో చెప్పుట దుస్సాధ్యము. ఈ ప్రకారముగా ఉండవచ్చునని, మనసునకందని విషయములను వూహించుటకు ప్రయత్నము చేయుచున్నామే గాని అక్కడి స్థితిని మాటలతో చెప్పజాలము.

సూ॥ **20.** ద్రష్టా దృశిమాత్రః శుద్ధోఽపి ప్రత్యయాను పశ్యః ॥

ప్రతిపదార్థము:- ద్రష్టా = పురుషుడు, దృశిమాత్రః = కేవలము చైతన్య శుద్ధోపి = పరమ పరిశుద్ధుడైనను, ప్రత్యయా = ప్రత్యయము వలె, అను పశ్యః = అగుపించును.

తా॥ పురుషుడు కేవలము చైతన్యస్వరూపుడు, శుద్ధ బుద్ధ ముక్తుడైనను ప్రత్యయమువలె గోచరించును.

వ్యాఖ్య:- ప్రత్యయము = మనసు, మనసు అనెడి కుబుసము కలిగియున్నందువలన అతను మనసు వలె అగుపించును. కాని అతను స్వభావముచేత శుద్ధుడు, చైతన్యస్వరూపుడు ఉపాధుల ద్వారా దృశ్యపదార్థములను చూచుచు వాటికన్న విలక్షణుడై యున్నాడు. ఒక ఎలెక్ట్రికల్ బల్బుకు నాల్గయిదు తొడుగులు కలిగియున్నపుడు అది ప్రకాశము తగ్గి ఆఖరిది కుబుసము రూపముగ గోచరించును. ఒక్కొక్క కుబుసము (తొడుగు) తీసివేయుచు రాగా, తుదకు స్వస్వరూపముతో ప్రకాశించును. పురుషుడు శుద్ధ స్ఫటికమువంటివాడు. స్ఫటికము దగ్గర ఒక రంగు పుష్పము వుంచిన అది ఎర్రగా కనిపించును. దానిని ప్రక్కకు తొలగించిన స్వస్వరూపముతో తెల్లగా ప్రకాశించును.

ప్రత్యయముతో కూడియున్నపుడు దానితో తాదాత్మ్యత నొందినట్లగుపించి తాను కర్తగా గోచరించును. కాని తను కర్తగాదు, భోక్తకాదు. ఒక ఇనుపముక్క నిప్పులో కాల్చిన, ప్రకాశించునది అగ్ని కాని ఇనుము కాదు. ఆ ఇనుపముక్కను సమ్మెటలో కొట్టిన ఆ సమ్మెట పోట్లు ఇనుము పొందునేకాని అగ్ని పొందదు. ఉపాధులను ప్రకాశింప జేయుచున్నను ప్రకాశించునది తానే సమ్మెట పోట్లు, అగ్నితప్తమైన ఇనుపముక్క పొందునేగాని అగ్ని పొందదు. కనుక ద్రష్ట అయిన పురుషుడు అకర్త, అభోక్త, శుద్ధ, బుద్ధ ముక్తుడు.

సూ॥ 21. తదర్థ ఏవ దృశ్యస్యాత్మా ॥

ప్రతిపదార్థము:- దృశ్యస్యాత్మా = దృశ్యపదార్థము, తదర్థ ఏవ = ద్రష్టయొక్క ఉపయోగము కొరకు మాత్రమే.

వ్యాఖ్య:- దృశ్యపదార్థమైన ప్రకృతి కేవలము ద్రష్టయొక్క ప్రయోజనము కొరకే, దృశ్యము భోగ్యపదార్థము. దానికి స్వప్రయోజనము లేదు. ఇది 18 వ సూత్రములో స్పష్టము చేయబడినది. (భోగాపవర్గార్థం) ప్రకృతిలో ప్రవేశించి దానితో తాదాత్మ్యత నొంది మరల అందుండి విడివడుటకే ప్రకృతి ఉద్దేశించబడినది.

సూ॥ 22. కృతార్థం ప్రతినష్టమప్యనష్టం తదన్యసాధారణత్వాత్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- తత్ = ఆ ప్రకృతి, కృతార్థం ప్రతి = భోగ వర్గము పొందిన పురుషుని విషయమున, నష్టమపి = నష్టము పొందినదయ్యును, అన్యసాధారణత్వాత్ = పురుషుని పరిణామ క్రియలో ఉపయోగింప బడినదగుటచేత, అనష్టం = = నష్టము పొందుట లేదు.

వ్యాఖ్య:- ప్రకృతి నిత్య, నిత్యత్వము స్వభావముగల ప్రకృతి దృశ్య పురుషునిచే ఉపయోగించ బడినను, అందువలన అది నష్ట

పోయినది లేదు. సాంఖ్యయోగము ప్రకారము ఎందరో జీవులు ప్రకృతిలో చేరి ప్రకృతినుండి విముక్తులగుచున్నారు. పరోపకారార్థము ఉపయోగపడు చున్నందువలన అది నష్టపోవుట లేదు. ఒక నదిలో ఎంద రెందరో స్నానము చేయుచుందురు. నీటిని ఉపయోగించుచుందురు. కాని నదీ ప్రవాహములో కొరత లేదు. అసంఖ్యాకులైన జీవులకు భోగోపవర్గ ప్రాప్తిని పొందజేయు ప్రకృతి మాత ధన్యాతి ధన్య.

సూ॥ 23. స్వస్వామి శక్త్యోః స్వరూపోపలబ్ధి హేతుః సంయోగః॥

ప్రతిపదార్థము:- స్వస్వామి శక్త్యోః = 'స్వ' శక్తి (ప్రకృతి) స్వామి శక్తి (పురుషుడు) ఈ రెండింటియొక్క, స్వరూపలబ్ధి = స్వరూప సాక్షాత్కారమునకు, హేతుః = కారణభూత మగుటయే, సంయోగః = సంయోగము.

వ్యాఖ్య - ప్రకృతి పురుషుల సంయోగముయొక్క ప్రయోజన మేమి? ఈ ప్రశ్న మరియొక మూలప్రశ్నను స్ఫురింపజేయు చున్నది. అసలు ఎందుకు ప్రకృతి, పురుషులు సంభవమైనారు? ఎందుకీ రెండింటి సంయోగము? ఈ ప్రశ్నకు సమాధానము అలభ్యము. ప్రకృతి పురుషుల సంయోగముయొక్క ప్రయోజనము ఈ సూత్రము వ్యక్తము చేయుచున్నది. అది స్వరూపలబ్ధి పొందుట కొరకు పురుషుడు తన స్వస్వరూపమును పొందుట కొరకు మరియు ప్రకృతిలోని నిగూఢములైన శక్తులను తెలిసికొని వాటిని స్వరూపలబ్ధి కొరకు ఉపయోగించుటయే, ఈ సంయోగముయొక్క ప్రయోజనము. ఇందు పురుషుడు 'స్వామి', ప్రకృతి 'స్వం' భోగ్యము.

స్వభావ సిద్ధముగా పురుషుడు శుద్ధ బుద్ధ ముక్తుడు. కాని పరిణామములో ప్రకృతికి సంబంధించిన ఉపాధులను ధరించి తన్ను తాను-

తన స్వభావమును విస్మరించినాడు. మరల స్వస్వరూప జ్ఞానమును పొందుటకు ప్రకృతిని ('స్వం') ఉపయోగించి తాను ప్రకృతి బంధముల నుండి విముక్తుడగుటయే పరిణామము (ఈశ్వర సంకల్పము) యొక్క పరమ లక్ష్యము. ప్రకృతిలో నిగూఢములైన శక్తులను తెలిసికొని, తద్వారా తాను ముక్తుడగుటకు ప్రయత్నము సలుపును. ప్రకృతి రహస్యములు తెలిసికొనుట ద్వారా తన్నావరించియున్న ఉపాధులను పరిశుద్ధములు గావించుకొనుట ద్వారా ప్రకృతికి తోడ్పడుచున్నాడు, ప్రకృతి బంధముల విముక్తుడై స్వస్వరూప జ్ఞానమును పొందుచున్నాడు. ఈ జ్ఞానము పొందుటవలన తన శక్తిని తాను తెలిసికొని, ప్రకృతి శక్తులను, తన శక్తులకు జోడించి, ప్రకృతిలో చిక్కుకొన్న ఇతర ఈశ్వరాంశలను ఉద్ధారణ చేయగలుగుచున్నాడు.

భోగవర్గములకు హేతువైన ప్రకృతి పురుషుల సంయోగమునకు హేతువేమి ? ఈ విషయము 24 వ సూత్రములో వివరించబడుచున్నది.

సూ॥ 24. తస్య హేతుః అవిద్యా ॥

ప్రతిపదార్థము:- తస్య = ఈ ప్రకృతి పురుషుల సంయోగమునకు, హేతుః = కారణము, అవిద్యా = అవిద్య లేక అజ్ఞానము.

వ్యాఖ్య:- పురుషుడు జ్ఞానస్వరూపుడు. కాని ప్రకృతితో సంయోగము చెందుటవలన తన స్వస్వరూపమును విస్మరించెను. ఈ విస్మృతికి కారణము అవిద్య లేక మాయ. మాయను తెలిసికొన్నపుడు ఈ జీవిత రహస్యము వెల్లడియగును. ఈ మాయను తెలిసికొనుట దుర్లభము. 'మమ మాయా దురత్యయా' అని భగవద్గీతలో కృష్ణభగవానుడు అంటాడు.

అవిద్య క్లేశముల కెట్లు కారణమో యీ వరకు తెలిసికొనినాము. ఈశ్వరుడు ప్రకృతి పురుషుల కేల సంయోగము కలిగించ

వలెను? మరల ఈ సంయోగమున కేల వియోగము సంభవింపవలెను? ఈ ప్రశ్న మానవుడు అనాదిగా అడుగుచున్న ప్రశ్న. అపరిష్కృతమైన సమస్య. మానవుని మేధాశక్తికి అతీతమైనది. ఈశ్వర సంకల్పమైన ఈ సృష్టి రహస్యము మానవుడు ఈశ్వరత్వము నొందినప్పుడుగాని వ్యక్తము కాదు. ప్రకృతి రహస్యము తెలిసికొనవలెనని ప్రకృతిలోనికి జొచ్చుకొని పోవలెను. రాజు తన ప్రజల అభిప్రాయము సంపూర్ణముగ తెలిసికొనవలసిన మారువేషముతో ప్రజలలో నొకనివలె వారిమధ్య సంచరించవలెను. తాను రాజు అని మరచిపోవలెను. అపుడుగాని రాజ్యములోని విషయములు సంపూర్తిగ తెలియవు. అట్లుగాక అంతఃపురములో కూర్చొని బయటకు రాకున్న తన భోగ్యవిషయమగు రాజ్యమును గురించి తన కేమియు తెలియదు. అటులనే తన భోగ్యవస్తువైన ప్రకృతి రహస్యములు తెలిసికొనవలసిన ప్రకృతిలోని అంతరాంతరాళములో ప్రవేశించి దానికి సంబంధించిన ఉపాధులను ధరించి ప్రకృతిలోని ఒక్కొక అంతస్తులోని రహస్యములు తెలిసికొని ప్రకృతికి 'స్వామి' అయి, ప్రకృతినుండి విడివడి తన స్వస్వరూపముతో అత్యధిక జ్ఞానముతో ప్రకాశించును. తను స్వతః జ్ఞానపూర్ణుడు. ఇపుడు ప్రకృతిని గురించిన జ్ఞానము తోడుకాగా మరింత ప్రకాశవంతుడై అలరారును.

ఆంగ్లభాషలో Pilgrims Progress అను గ్రంథము కలదు. అందులో జీవుడనే యాత్రికుడు తన యాత్రలను పూర్తిజేసి స్వస్థలము చేరును. ఆదేవిధముగ భగవదంశమైన జీవుడు అవిద్యాక్షేత్రమున పలుకాలము పయనించి తిరిగి స్వస్థలమును చేరుకొనెను. ఇదే ముక్తి, ఇదే యోగవిద్య ప్రతిపాదించిన కైవల్యము.

సూ॥ 25. తదభావాత్ సంయోగా భావోహానం తద్దృశేః కైవల్యమ్ ।

ప్రతి:- తత్ + అభావాత్ = అవిద్య నశించుటవలన కలుగు, సంయోగ + అభావః = సంయోగనాశనము, దృశేః = ద్రష్టకు, కైవల్యం = కైవల్యము, మోక్షము, ముక్తి.

వ్యాఖ్య:- 24-వ సూత్రములో ప్రకృతి (దృశ్య) పురుష (ద్రష్ట) ఈ రెండింటి సంయోగము అవిద్యవలన సంభవించినదని తెలిసికొనినాము. ఈ సంయోగము లేకుండ చేయగలుగుటే దుఃఖ నివృత్తి. దుఃఖనివృత్తిచేత బ్రహ్మానంద ప్రాప్తి, కనుక సంయోగము నశింపజేయుటే 'హానము'. హానమునకు ఉపాయము 26-వ సూత్రములో చెప్పబడినది.

సూ॥ 26. వివేక ఖ్యాతిః అవిప్లవాహానోపాయః।

ప్రతిపదార్థము:- అవిప్లవా = అంతరాయములేని, ఎడతెగని, వివేకఖ్యాతిః = ప్రకృతి పురుషులు వేరు (భిన్నులు) అనెడి వివేక జ్ఞానము, హానోపాయః = హేయమైన దుఃఖనివృత్తికి ఉపాయము.

వ్యాఖ్య:- ఎప్పుడు ఎడతెగని జాగృతి (ఎరుక)తో ప్రకృతి పురుషులు వేరు అను జ్ఞానముతో ప్రవర్తించుటయే దుఃఖనివృత్తికి కైవల్యప్రాప్తికి ఉపాయము. విస్మృతి కలిగించుట ప్రకృతి నైజము. కనుక సదా జాగృతితో మెలగవలయును. ఏ మాత్రము అజాగ్రతగ వున్న వెంటనే మాయ మభ్యపరచును. మాయా ప్రభావముచే ఇంద్రునంతటివాడు తన ఇంద్రత్వమును మరచి పందిగా జన్మించి బురదలో సంసారము చేయుటే స్వర్గముగా భావించెనట. మాయా ప్రభావముచే పరమశివుడు మోహినిపై మోహము కలిగి పరువు లెత్తెనట. కనుక ఎడతెగని స్మృతి, వివేకఖ్యాతి, జాగరూకతతో ప్రవర్తించుటే హేయమైన దుఃఖనివృత్తికి మార్గము.

సూ॥ **27.** తస్య సప్తధాప్రాంత భూమిః ప్రజ్ఞా ।

ప్రతి:- తస్య = వివేక ఖ్యాతియందు నిష్ఠగల సాధకునకు, సప్తధా = ఏడు విధములైన అంతరువులలో, ప్రజ్ఞా = ప్రజ్ఞ కలుగును.

వ్యాఖ్య:- వివేకఖ్యాతి పొందిన సాధకుడు ఏడు (7) భూమికలలో ప్రజ్ఞావిశేషమును పొందును. ఈ ఏడు దశలు, (1) ఒకటి తరువాత ఒకటి సాధకుడు పొందును. అప్పుడు వివేకఖ్యాతి నిర్విప్లవమగును. (ఎడతెగక యుండును) ఈ ప్రజ్ఞ, (1) జిజ్ఞాస, (2) జిహాస, (3) ప్రేప్స, (4) చికీర్ష. ఈ నాలుగు కార్యవిముక్తి నామక ప్రజ్ఞలు, తదుపరి ప్రజ్ఞలు మూడు. చిత్తవిముక్తి నామక ప్రజ్ఞలు. అవి (5) శోకము, (6) భయము, (7) వికల్పము.

కార్యవిముక్తి నామక ప్రజ్ఞలు-4.

(1) జిజ్ఞాస — హేయము అనగా ఏమో తెలిసినది. 'హేయము' విషయములో ఇంకనూ తెలిసికొన వలసిన దేది లేదు, ఈ జ్ఞానము కలుగుటచే ఇక జిజ్ఞాస వుండదు.

(2) జిహాస - హేయమునకు కారణమైన పంచ క్లేశములు తొలగినవి. ఇంక వీనిలో త్యజింప దగినది ఏది లేదు. ఈ ప్రజ్ఞ జిహాస.

(3) ప్రేప్స - హానము లభించినది కైవల్యము ప్రాప్తించినది. ఇంక 'ప్రాప్తి'ని పొందవలసిన దేదీ లేదు. ఈ ప్రజ్ఞ 'ప్రేప్స'

(4) చికీర్ష - వివేక ఖ్యాతి రూపకమగు హానోపాయము లభించినది. ఇంక సంపాదించవలసినది లేదు. ఈ ప్రజ్ఞ 'చికీర్ష'

ఇవి చిత్త విముక్తి నామక ప్రజ్ఞలు

శోకము:- (1) నా బుద్ధి సత్త్వమై కృతార్థమైనది. ఇక దుఃఖము లేదు.

భయము:- (2) బుద్ధి రూపమున పరిణమించిన గుణములు, ఇక మరల నేను పొందుదు నను భయము తొలగినది. ఈ ప్రజ్ఞా విశేషము 'భయము'

వికల్పము:- (3) త్రిగుణాతీతుడై స్వరూపమాత్రమున స్థితి గల కేవల పురుషుడు పరమాత్మ సాక్షాత్కారము పొందును అను ప్రజ్ఞ 'వికల్పము'. ఈ మూడును చిత్తవిముక్తి రూపకములగుటచే వీటిని చిత్తవిముక్తినామ ప్రజ్ఞయని యోగులు పేర్కొనిరి.

సప్తవిధప్రాంత భూమి ప్రజ్ఞగల పురుషుడు నిర్వికల్పుడు, జీవన్ముక్తుడు కుశలుడు నగును.

సూ॥ 28. యోగాంగానుష్ఠానాత్ అశుద్ధక్షయే జ్ఞానదీప్తి రావివేక ఖ్యాతేః ॥

ప్రతిపదార్థము:- యోగాంగానుష్ఠానాత్ = యోగాంగసాధన వలన, అశుద్ధక్షయే = అవిద్యారూపమైన అశుద్ధిక్షయము కాగా, అవివేక ఖ్యాతిః = వివేకజ్ఞాన పర్యంతమైన, జ్ఞానదీప్తిః = జ్ఞాన ప్రకాశము లభించును.

వ్యాఖ్య:- యోగాంగములను సాధించిన కొలది, అశుద్ధి, అవిద్య క్షీణించును. అవిద్య క్షీణించుకొలది సమ్యక్ జ్ఞానము అధికమగును. వివేక ఖ్యాతి కలుగును. జ్ఞానదీప్తి లభించును. కాబట్టి యోగాంగానుష్ఠానము ద్వారా వివేకఖ్యాతి తద్ద్వారా కైవల్య ప్రాప్తి కలుగును. ఉదాహరణకు ఒక టార్చిలైటును తీసికొని ప్రయాణము చేయునపుడు, ఆ దీపిక కాంతి కొంతదూరమే ప్రసారితమగును. కాని ముందు పోవుచూ రాగా ఆ దీపికకూడ ముందుకు సాగును. సాధనలో గురువు కేవలము మార్గదర్శకుడు. నడక సాగించవలసినది సాధకుడే. ఈ సాధన బహుకాలము దీక్షతో, విశ్వాసముతో అవిచ్ఛిన్నముగ సాగవలెను. (దీర్ఘకాలనైరంతర్యసత్కారా సేవితో దృఢభూమిః - సమాధిపాదం)

సూ॥ 29. యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహారధారణాధ్యాన సమాధయః - యోగాంగాని॥

ప్రతిపదార్థము:- యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానసమాధులు, యోగాంగాని = యోగాంగములు.

వ్యాఖ్య:- పతంజలి మహర్షి ప్రతిపాదించిన అష్టాంగ యోగము ద్వారా సాధకుడు జీవిత గమ్యాన్ని చేరగలడు. ఇవన్నీ ఒకటి తరువాత మరొకటి సాధన చేయవలెనా. ప్రత్యేకముగ ఏ ఒక్కదానినైనా అభ్యసించవచ్చునా అను సందేహము కలుగవచ్చును. ఇవి యోగమనే శరీరములోని ఎనిమిది అంగములు అన్ని అంగములలో నిష్ణాతుడైనపుడే లక్ష్యసిద్ధి లభించును. దేహములో ఒకే అంగము బలిష్ఠముగా నున్నంత మాత్రమున ప్రయోజనము లేదు. అన్ని అంగములు సమంగా బలిష్ఠములుగా రూపొందవలెను. యమ నియమములు సాధకుని నైతిక జీవితమునకు సంబంధించినవి. ఆసన ప్రాణాయామములు శరీర ఆరోగ్యమునకు సంబంధించినవి. ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యానములు మనసునకు సంబంధించినవి. సాధకుడు తన అనుకూలతను బట్టి ఏ ఒక్క అంగమునైనను ఎన్నుకొని సాధన ప్రారంభించ వచ్చును, కాని తుదకు అన్ని అంగములు చక్కగ అభ్యసించవలెను. ఒక క్లాసు పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడు కావలసిన ఆ పరీక్షకు నిర్ణయింపబడిన అన్ని విషయములలో ఉత్తీర్ణుడు కావలసిన విధానము జ్ఞప్తియందుంచుకొని, సాధన చేయుటకు గడంగవలెను.

రాబోవు సూత్రములలో ఒక్కొక్క అంగమును గురించి వివరము లొసంగబడినవి. యమము —

సూ॥ 30. అహింసా సత్యాస్తేయ బ్రహ్మ చర్యా పరిగ్రహాః యమాః ।

ప్రతి:- అహింస = ఏ ప్రాణికి మనో వాక్కాయములతో బాధ కలిగింపకుండుట, సత్య = మాటలాడునపుడు, త్రికరణశుద్ధిగా సత్య

మునే చెప్పుట, అస్తేయ = పరద్రవ్యమును అపేక్షించకుండుట, బ్రహ్మచర్య=జననేంద్రియ సంయమనము. (త్రికరణములలో) అపరిగ్రహః= దేహయాత్రకుమించి భోగసాధనలను స్వీకరింపకుండుట. ఈ ఐదు యమములు.

వ్యాఖ్య:- ఈ అయిదు మనసుతోపాటు ఇంద్రియములను విషయములనుండి యమింపజేయును. కాబట్టి 'యమ' అని చెప్పబడినది. యోగసాధనలో అత్యంత ఉపయుక్తమైనది. కేవలము సిద్ధులే లక్ష్యముగాగల సాధకులు యమ నియమములు పాటించుట అవసరము కాక పోవచ్చును. కాని కైవల్యమే లక్ష్యముగాగల వారికి యమ నియమములు పునాదివంటివి. పాతంజలి ప్రోక్తమైన యోగసాధన ఉత్తమ శ్రేణికి చెందినది. నీతి నియమములు శ్రద్ధతో సాధించిననే గాని అంతరంగశుద్ధి కలుగదు. అంతరంగశుద్ధి కలిగిననేగాని చిత్తవృత్తుల నిరోధము సాధ్యముకాదు. చిత్తవృత్తి నిరోధము గావించి ధారణ, ధ్యానములద్వారా సమాధిస్థితిని, పొంది పూర్ణత్వమును పొందినసాధకుడు సమస్త శక్తివంతుడై ఆ శక్తులను మానవ కళ్యాణమున కుపయోగించును. తద్వారా ఈశ్వరసంకల్పమునకు దోహదము గావించును.

(1) అహింస:- అహింసకు పునాది జీవముయొక్క ఏకత్వము. ప్రతిప్రాణి ఇతర ప్రాణివర్గముతో అంతరంగికమైన సంబంధము కలిగి యున్నది. విశ్వములోని ప్రాణుల ప్రాణమంతటిని ఒక జలాశయముగ భావించిన, ఆ తటాకములో ఒకచో ఒక రాయివేసిన ఆ అలలు మొత్తము తటాకమునంతటను వ్యాపించును. అట్లే ఈ ప్రాణమయ తటాకములో ఏ ఒక బిందువుకు బాధ కలిగిన ఆ బాధ మొత్తము తటాకములోని బిందువులన్నియు పొందును. సర్వభూతములలో వెలయునది ఒకే ఆత్మచైతన్యము. కనుక ఏ ఒక్క ప్రాణికి బాధ కలిగిన ఆ బాధ సర్వప్రాణివర్గము పొందును. కనుకనే "ఆత్మవత్

సర్వభూతాని" అనే నానుడి సుప్రసిద్ధమైనది. అందుకే 'ఆత్మనః ప్రతికూలాని పరేషాం న సమాచరేత్' అనే సూక్తి ప్రచారము లోనికి వచ్చినది. అనగా తనకు బాధాకరమైన పనులు ఇతరులపట్ల చేయరాదు. ఈ జ్ఞానము పొందిన ఇతర ప్రాణి వర్గమునకు ఎట్టి బాధను కలిగించ జాలము. ఈ అహింస, కేవలము శారీరిక మేకాదు. మనసు చేతగాని, మాటల చేతగాని, ఎవరికి ఎట్టి బాధ కలిగించరాదు. ఈ విధముగ సర్వభూత హితేరతుడుగ సాధకుడు రూపొందిన, సాధకునిలో విశ్వప్రేమ భావము స్థిరపడును. ఈ సాధన కైవల్య సాధనకు అత్యధికముగ తోడ్పడు ననుటలో సందేహాము లేదు.

(2) సత్యము:- ఉన్నది ఉన్నట్లుగ చూచినది చూచినట్లుగ, అతిశయోక్తులు లేకుండ మాటలాడుట, సత్యము అనబడును. డంబాచారములు కూడ అసత్యముయొక్క పరిధిలోనికి వచ్చును. సత్యము చెప్పుటలో గూడ ప్రియం హితం అను గుణము లుండవలెను. సత్యము పలుకుట మానవ స్వభావము. చిన్నబిడ్డలు అసత్యములు పలుకరు. పెద్దలే వారికి అబద్ధము లాడుటను నేర్పుదురు. అసత్యము ప్రకృతికి విరోధము. సత్యము ప్రకృతి సిద్ధము.

అసత్య మాడుటవలన మనసు క్షోభించును. ఒక అసత్యమును కప్పి పుచ్చుటకు ఎన్నో అబద్ధము లాడవలసి వచ్చును. అసత్యము లాడకుండుట ప్రథమములో చాలా కష్టము. కాని ప్రయత్నము చేయుట వలన సత్యవాక్ పరిపాలన సాధ్యమగును. సత్యవ్రతుని మనసు నిర్మలమై యుండును. చిత్తవృత్తి నిరోధమునకు సత్య వాక్పరిపాలన అత్యంత వుపయోగ వంతమైనది.

నేటి ప్రపంచ వాతావరణములో సత్యవ్రతము దుస్సాధ్యము. కాని అసాధ్యముకాదు. యోగసాధకుడు ఎదురీత చేయువాడు కాని అభ్యాస వైరాగ్యముల ద్వారా సత్యవ్రతమును ఆచరించగలడు.

(3) అస్తేయము:- అస్తేయ మనగా ఇతరుల సొమ్మును వారి సమ్మతి లేకుండ సంగ్రహించుట. ఇదే దొంగతనము. చట్టరీత్యా శిక్షార్హము. కాని శాసనముచే శిక్షార్హముకాని చర్య లెన్నో 'స్తేయ' పరధిలోనికి వచ్చును. ఇతరుల ఆస్తులను చట్టమునకు వ్యతిరేకముగ కాకుండ స్వాధీనము చేసుకొన వచ్చును. విధిగా తాను చేయవలసిన పనులను చేయకుండుట సకాలములో ఆఫీసులకు వెళ్ళకుండుట, కాలము కాకముందే పని చాలించి వెళ్ళిపోవుట, పని చేయు కాలములో వ్యర్థ ప్రసంగము చేయుచు కాలయాపనము చేయుట ఇవన్నీ దొంగతనమే యగునని ఆర్. యల్. స్టీవెన్సన్ అను సుప్రసిద్ధ ఆంగ్ల రచయిత నిర్వచించెను. వీరు (Thievs of time) కాలమును దొంగతనము చేయువారు. పని దొంగలు. తన కప్పగించిన పనిని నిపుణతగా చేయకుండుట, తనకు భగవదత్తమైన ఆస్తులను దుర్వినియోగము చేయుట, మున్నగునవి, దొంగతనము పరిధిలోనికి వచ్చును. అధర్మ ప్రవర్తన అంతయు స్తేయముగా భావించవచ్చును.

కనుక యోగసాధకుడు 'అస్తేయము'ను త్రికరణశుద్ధిలో ఆచరించిన ఆతని మనసు పరిశుద్ధమై చిత్తైకాగ్రతకు మరింత దోహదము గావించును.

(4) బ్రహ్మచర్యము:- 'యమ' సాధనలో అత్యంత కష్టమైనది 'బ్రహ్మచర్యము' గుహ్యేంద్రియమును జయించుట దుస్సాధ్యము కాని అసాధ్యము కాదు.

విశ్వామిత్రాదులకు కూడ దుస్సాధ్యమైనది. బ్రహ్మచర్యము కేవలము కాయికమే గాక మానసికము కావలెను. భీష్ముడు బ్రహ్మచర్యవ్రత మవలంబించిన వారిలో ఉత్తమశ్రేణికి చెందినవాడు. కాని అతను కేవలము శారీరక బ్రహ్మచారి మాత్రమే యని లైంగికమైన భాగములు అపుడపుడు మనసులో ప్రవేశించుటచేత అతను

సద్బ్రహ్మచారిని కానని చెప్పెను. త్రికరణములతో బ్రహ్మచర్యమవ లంభించవలెను. కాని జ్ఞానియైన సాధకుడు, బ్రహ్మానందముతో పోల్చిన లైంగికానందము తుచ్ఛమైనదిగ తెలిసికొని బ్రహ్మచర్య వ్రతమును త్రికరణములతో నాచరించగలడు. ఈ నియమపాలనసే ఇంద్రియ నిగ్రహముతో పాటు మనోనిగ్రహము బాగా అభ్యాసమునకు వచ్చును.

కొందరు ఏకపత్నీ వ్రతము బ్రహ్మచర్యముతో సమానమందురు. అది సరికాదు. అస్ఖలిత బ్రహ్మచర్యము అత్యంత శ్రేష్ఠమైనది. ఇంద్రియములలో రెండు కర్మలు చేయు ఇంద్రియములు జిహ్వాగుహ్యము. ఈ రెండింటిని జయించిన అన్ని ఇంద్రియములు జయించినట్లే.

(5) అపరిగ్రహము:- పరిగ్రహము అనగా తీసికొనుట. అపరిగ్రహమనగా తీసికొనకుండుట. కనుక అపరిగ్రహమనగా వస్తు సేకరణాభిలాష లేకుండుట. (Sence of possession) కూడబెట్టుట, లోభము. ఈ రెండు ఒకటే. సంపాదన అవసరము ఎంతవరకు? తాను, తనపై ఆధారపడియుండువారి పోషణకు సరిపోవునంత సంపాదించవలెను. మానవుని కనీస అవసరములు తిన తిండి, కట్టుటకు గుడ్డ, ఉండుటకు ఇల్లు. కాని అంతకు మించిన వస్తు సేకరణ ధన సేకరణ పరిగ్రహణము క్రిందికే వచ్చును. నేటిదినములలో ఈ వస్తు సేకరణ వాంఛకు అవధులు లేవు. ఇది చాలక తన సంతానానికి, వారి సంతానానికి కావలసిన సదుపాయములకై శ్రమించి కూడబెట్టుట. ఈ శ్రమ చేమనసు ప్రశాంతముగ నుండజాలదు. కనుక విషయవాంఛారతియే పరిగ్రహము. విషయభోగలాలసతను త్యాగము చేయుట, వైరాగ్యము. కర్మయోగము నాశ్రయించి, అసంగతతో ప్రవర్తించుట వలన, చిత్తము సంక్షుభితము కాదు. అసంగతకు, అపరిగ్రహమునకు, తార్కాణము జనకమహారాజు. అపరిగ్రహము అను నియమమును

పాలించిన కూడబెట్టుట, కూడబెట్టిన దానిని సంరక్షించుట అను మనసుకు వ్యధ గలిగించు విషయములుండవు. చిత్తైకాగ్రతకు అపరిగ్రహసాధన ఎంతో తోడ్పడుననుటలో సందేహము లేదు.

సూ॥ 31. జాతి దేశ కాల సమయానవచ్ఛిన్నాః సార్వభౌమా మహావ్రతమ్॥

ప్రతిపదార్థము:- జాతి = మానవ, జంతు, దేశ = ప్రదేశము, కాల = కాలము సమయ = సమయములకు, అనవచ్ఛినాః = సంబంధము లేక, సార్వభౌమా = సర్వకాల సర్వావస్థల యందును అనుసరించ వలసిన మహావ్రతము,

వ్యాఖ్య:- యమములో చెప్పబడిన నియమములు సర్వకాల సర్వావస్థల యందును, అన్ని దేశములలోను, అన్ని పరిస్థితులలోను తప్పని సరిగ అనుసరించి తీరవలెను. ఇందుకు ఎట్టి మినహాయింపులు (Exceptions) లేవు. ప్రాణవిత్త మానభంగమందు వగైర, వగైరా విషయములలో అసత్యము చెప్పవచ్చును, అనెడి శుక్రనీతికి, ఇచ్చట ఎట్టి ఆస్పదము లేదు. "ఇతరుల కొరకు హింసింతును కాని నా కొరకు హింసించను" అని ప్రతిజ్ఞ జేసి అహింసావ్రత పాలనకు భంగము కలిగించరాదు. ధన సంపాదన వైశ్యవృత్తి అని సంపాదించి కూడ బెట్టుట (జాతి) కూడదు. ఏ కారణాన (కాల) హింస చేయను, అని కాలమును అడ్డబెట్టుకొని తక్కినదినములలో హింస చేయుటకూడదు. ఆర్కటిక్ సముద్ర ప్రాంతములో మాంసభక్షణ చేయక తప్పదు. దేశరక్షణకై, సైన్యములో చేరుదునను మినహాయింపులు ఈ నియమ సాధనలలో లేవు. ఎప్పుడైనా ఎక్కడైన ఏ పరిస్థితులలోనైన తప్పని సరిగ ఆచరించవలెను. ఇట్టి ఆచరణలో ఎన్నో చిక్కులు రావచ్చును. యోగవిద్యాభ్యాసకుడు ఈ చిక్కులను తన దీక్షకు పరీక్షగా స్వీకరించవలెనే గాని వ్రతభంగమునకు మినహాయింపులుండ

రాదు ఇందుకే సూత్రకారుడు దీనిని 'సార్వభౌమ మహావ్రతము' అని నిర్దేశించాడు.

సూ॥ **32.** శౌచసంతోష తపః స్వాధ్యాయ ఈశ్వరప్రణి ధానాని నియమాః॥

ప్రతిపదార్థము:- శౌచ = శుచిగా నుండుట, సంతోష = తృప్తి, తపః = తపస్సు. స్వాధ్యాయ = సద్గ్రంథ పఠనము, జపము, ఈశ్వరప్రణిధానాని = ఈశ్వరార్పణ బుద్ధి కలిగియుండుట, నియమాః = నియమములు (అనునవి యోగాంగమునకు సంబంధించిన అంశములు.)

వ్యాఖ్య:- యమనియమములు రెండును సాధకుని శీల సంపద అభివృద్ధిచేయుటకు ఉపయోగపడు శిక్షణలు. ఈ రెండింటికి భేదము లేనట్లు అనుపించును. కాని భేదమున్నది నిషిద్ధకర్మలను నిషేధించు అంశములు (Negative) యమములోనివి. తప్పక ఆచరించవలసినవి (Positive) నియమ సాధనలోని అంశములు ఈ రెండు సాధనలు సార్వభౌమ మహావ్రతములు. (సూ 31) ఈ రెండును సాధకుని దీక్షకు గీటురాయి వంటివి. ఏకాంత వాసములో సమాజమునకు దూరముగ నుండి సాధన చేయువారి కొకింత సులభసాధ్యము లేమోకాని సమాజములో నుంటూ, ఈ సాధనలను అనుష్ఠించుట బహుకష్టసాధ్యము. కాని భగవద్గీతలో చెప్పినట్లు, "ప్రయత్నాత్ యతమానస్తు యోగీ సంశుద్ధ కిల్బిషః"? ప్రయత్నముచేత ఈ సాధనల ననుష్ఠించిన సాధకుడు 'సం'శుద్ధ కిల్బిషుడు అనగా మచ్చలు లేని పరమ పవిత్రుడు కాగలడు. పవిత్రత యోగసాధనకు మహోపకారి

(1) శౌచము:- శుచిత్వము సాధకుడు అత్యంత శ్రద్ధతో అనుసరించ వలసిన సాధన. ప్రపంచములో మానవుడు ఉపయోగించు ప్రతి ఉపకరణములలో ఏ మాత్రము అపరిశుద్ధత వుండిన అది సరిగ్గా

పని చేయడు. విమానముల కుపయోగించు ఇంధనము ఎన్నిమార్లో శుద్ధిఅయివుండును. మానవుని శరీరములు జీవయాత్రకు వుపయోగ పడెడి అత్యంత సూక్ష్మములైన సాధనములు యమ, నియమములు. ఇవి మానవుని ఆధ్యాత్మిక వున్నతికి తోడ్పడవలెనన్న అవి అత్యంత పరిశుద్ధములై యుండవలెను. స్థూల దేహము నిర్మలమైయుండవలెను. సాధకుడు ధరించు దుస్తులు ఉపయోగించు సాధనములు పరిసర ములు పరిశుద్ధములై యుండవలెను. ఇక అతని సూక్ష్మదేహములు కూడ వినిర్మలములై యుండవలెను. కామదేహములోని కోర్కెలు శుద్ధములై యుండవలెను. ఉద్రేకములు, ఉద్వేగములు, చెడు కోర్కెలు కామ దేహమును అపరిశుద్ధము గావించును, కనుక అట్టి కోర్కెలు, ఉద్రేకములు వుండరాదు. అటులనే అతని మనసు శుచి ర్భూతమై యుండవలెను.

యోగసాధనకు సాధనచేయు ప్రదేశము, ఆహారము ప్రతి ఒక్కటి విశుద్ధముగ నుండవలెను. "బాహ్యాభ్యంతర శ్శుచి" అత్యవ సరము. దైవప్రార్థన జపము, సత్సాంగత్యము శుచిగా నుండుటకు తోడ్పడును. మొత్తము జీవితము పరిశుద్ధముగ నుండవలెను. బ్లావట్స్కీసతి ప్రతిపాదించిన సువర్ణ సోపానములో 'పరిశుద్ధ జీవనము' మొట్టమొదటిది,

2. సంతోషము:- 'తుష్టి' అను పదము నుండి 'సంతోషము' అను పదము వచ్చినది. తుష్టి' అనగా తృప్తి కాగా తృప్తిగా నుండుట 'సంతోషము'. తృప్తుడై మెలగు మానవుని మనసు నిశ్చల ముగ నుండును. దుఃఖమునకు కారణము కోరికలు, అవి తీరకుండు టచే దుఃఖము కలుగును. కోరికలు ఎంత తక్కువగనున్న దుఃఖము అంత తక్కువగ నుండును. ఇక కోరికలే లేకున్న దుఃఖమే లేదు. కోరికలు ఫలించినను ఫలించకున్నను ప్రాప్తించిన ఏ కొంచమునైనను తృప్తితో అనుభవించువాడు నిత్యసంతోషి, "సంతుష్టుడే మూడు

జగముల పూజ్యుడు. సంతుష్టుకెప్పుడు కలుగు సుఖము" అని భాగవతము చెప్పుతుంది. "వ్యాప్తింజెందక వగవక ప్రాప్తించిన లేశమైన పది వేలనుచు" జీవించమంటుంది భాగవతము. లేని దానికై అర్రులు చాచక, ఉన్న దానితో తృప్తి జెందుటచే, మనసు ప్రశాంతముగ నుండును. ప్రశాంత మనసు యోగసాధనకు ముఖ్యావసరము. కనుక సంతోషము నియమ సాధనలో ఆచరించవలసిన అంశము. కష్టములు సహించుట సాధకునికి అత్యవసరము. కలుగు కష్టములు పూర్వజన్మ కర్మల ఫలితములనియు అనుభవించక తప్పని వాటికై విచారించుట నిష్ప్రయోజనమని ఉద్గ్రంథములు బోధించుచున్నవి. దేనినే 'సహనము' అని పరమగురు చరణసన్నిధి ఉద్బోధించుచున్నది. "సహనం సర్వ దుఃఖానాం అప్రతీకార పూర్వకం చింతావిలాప రహితం, సా తితీక్షా నిగద్యతే" (వివేక చూడామణి). దుష్కర్మఫలములను చింతావిలాప రహితముగ అనుభవించిన పురాకృత కర్మక్షయమగును. కష్టసుఖములు కావడికుండలవంటివి, అను వివేకముచే జీవించుట సంతోషియైన యోగసాధకుని లక్షణము.

3. తపస్సు:- తపింపజేయునది తపస్సు. తపస్సులో తప్యమగుటచే శరీరములలో నున్న మాలిన్యము తొలగిపోవును. బంగారు నగలోనున్న మాలిన్యము నిప్పులో వేసిగాని ద్రావకములో వేసినపుడు దానిలోని మాలిన్యము తొలగి శుద్ధమైన బంగారము తేలునట్లు తపోసాధన చేత, భౌతిక, కామ, మానసిక, శరీరములోనున్న కాలుష్యము దగ్ధమైపోవును తపస్సుచేయుట అంటే, ఒక కాలిపై నిలుచుకొని లేదా కుత్తుకబంటి నీళ్ళలో నుండిగాని, పంచాగ్ని మధ్యమున నుండిగాని, నిర్జనప్రదేశములలో నుండిగాని శరీరమును తపింపజేసి శరీరములను స్వాధీనము చేసికొనుట కాదు. అందుచే స్థూల శరీరము స్వాధీనమునకు వచ్చునేమో గాని సూక్ష్మశరీరముల లోని కాలుష్యము తొలుగదు. అడవులకుపోక శరీరమును కృశింప

జేయక, జనవాసములో నుండి కూడ తపస్సు చేయవచ్చును. భగవద్గీతలో శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులు చక్కగా వర్ణించబడినవి. మరియు తపస్సులు సాత్విక, రాజసిక, తామసికలని చెప్పబడినవి.

1. శారీరక తపసు:-

దేవ ద్విజగురుప్రాజ్ఞ పూజనం శౌచమార్జనం
బ్రహ్మచర్యమహింసా చ శారీరం తప ఉచ్యతే ।

2. వాచిక తపస్సు:-

అనుద్వేగకరం వాక్యం, సత్యం ప్రియహితం చ యత్ ।
స్వాధ్యాయాభ్యసనం చైవవాఙ్మయం తప ఉచ్యతే ॥

3. మానసిక తపస్సు:-

మనః ప్రసాదః సౌమ్యత్వం మౌనమాత్మవినిగ్రహః ।
భావసంశుద్ధి రిత్యేతత్ తపోమానస ముచ్యతే ॥

1. శారీరక తపస్సు:- దేవతలను బ్రాహ్మణులను గురువులను పూజించుట శుచిగానుండుట, ఋజుత్వము కలిగియుండుట బ్రహ్మచర్యము అహింసలను పాటించుట శారీరిక తపస్సు.

2. వాచిక తపస్సు:- ఉద్వేగము లేకుండ ప్రశాంతముగ మాట్లాడుట, మాటలు సత్యముగను ప్రియముగనుండునట్లు మాట్లాడుట, స్వాధ్యాయాభ్యాసము. ఇది వాఙ్మయ తపస్సు.

3. మానసిక తపస్సు:- మనసు ఎప్పుడు ప్రసన్నముగనుండుట సౌమ్యముగ నుండుట, మౌనము పాటించుట, ఇంద్రియనిగ్రహము కలిగియుండుట, భావములు పరిశుద్ధములుగ నుండుట. ఇవి మానసిక తపస్సు లక్షణములు సాత్విక తపస్సు - ఉత్తమశ్రద్ధతో నియమబద్ధుడై ఫలాపేక్ష లేక చేయునది సాత్విక తపస్సు.

కనుక సామాన్య జీవనము చేయుచు జీవితములో అనుక్షణము యీ మూడు తపస్సులు చేయవచ్చును. అందుచే సాధకుని స్థూల సూక్ష్మ శరీరములు పునీతములగును. ఈ తపస్సుల ఫలితముగా ఇచ్ఛాశక్తి, జ్ఞానశక్తి, క్రియాశక్తులు అధికములగును. ఇందువలన ధ్యాన సాధన సులభతరమగును.

4. స్వాధ్యాయము:- అధ్యయనమనిన వేద శాస్త్రముల పఠనమని భావించబడినది. కాని ఆధునిక పరిస్థితులలో యోగాభ్యాసమునకు దోహదము గావించు ఏ సద్గ్రంథ పఠనమునకైన అధ్యయనమని చెప్పవచ్చును. అధ్యయనముచే పొందిన జ్ఞానము తర్క-విచార విమర్శల ద్వారా 'స్వ'ంతము కావలెను. అపుడే అది స్వాధ్యాయము కాగలదు. స్వాధ్యాయము కేవలము సాధకునికి మాత్రమే కాదు. అది ప్రవచించబడవలెను. అందుకే "స్వాధ్యాయ ప్రవచనాభ్యాం నప్రమది తవ్యం" అని ఉపనిషత్తులు హెచ్చరించినవి. మంత్రజపము కూడ స్వాధ్యాయము కోవకు చెందినదని పెద్దల అభిప్రాయము. మంత్రజపమున మంత్రాధిదేవత ప్రసాదము కలిగి, చిత్తైకాగ్రతకు మరింత దోహదము లభించవచ్చును.

ఈ రీతిగ తపస్సుచేత దేహముల పరిశుద్ధత ఇచ్ఛాశక్తి, స్వాధ్యాయముచేత జ్ఞానశక్తి, సంతోషముచేత మనః ప్రసాదము కలిగి సాధకుని ప్రగతి మరింత శీఘ్రమగును. ఇందుకు తోడు ఈశ్వరార్పణ బుద్ధి పొందగల్గిన సాధకుని చిత్తము మరింత శుద్ధమగును. లక్ష్యసిద్ధికి దోహదము లభించును

5. ఈశ్వర ప్రణిధానము:- యోగాభ్యాసము యొక్క లక్ష్యము, అస్మితక్షయము వివేకఖ్యాతి, కైవల్యము, ప్రతిమానవుని లోను పరమాత్మ కలదు, ఈ పరమాత్మ తత్త్వము అజ్ఞానంతో ఆవరించబడియుంది. అహంకార మమకారములు అజ్ఞాన జనితములు. అజ్ఞానము తొలగిన 'అస్మిత' క్షయమగును. నీవు, నేను అను భేద

భావము నశించును. వివేకఖ్యాతిచేత అజ్ఞానావరణము తొలగును. జ్ఞానికి 'సోహం' భావము లభించును. సోహంభావము - నేనే నీవు - 'అహంబ్రహ్మ' అనే దానిలో కించిత్తు అహంకారమునకు ఆస్పద ముండవచ్చును. 'అంతా నీవే' అను భావము ఈశ్వరప్రణిధానము వలన కలుగును. జ్ఞానముచే కలిగిన ఏ మాత్రము అహంకార ఛాయలైనను ఈశ్వరప్రణిధానము వలన మటుమాయ మగును. కర్తృత్వభావము తొలగును. "సర్వమున్ అతని దివ్యకళామయము" అను భావము పుష్టి నొందును. నా కొరకుకాదు. అంతా నీకొరకే" అనే సర్వసమర్పణ భావము కలుగును. 'అంతా నీవే. 'అంతా నేనే' అనే రెండు భావములు, "సర్వం ఖల్విదంబ్రహ్మ" అనుభావనలో లీన మగును. ఈ భావముతో పుష్టి నొందిన సాధకుడు సర్వాత్మనాభావ ముతో వ్యవహరించును.

'ఈశ్వర ప్రణిధానము' కైవల్యసిద్ధి పొందు మార్గములలో నొక్కటి అని పతంజలి మహర్షి సమాధిపాదములోని 23 వ సూత్ర ములో ప్రస్తావించియున్నాడు.

ఈ అయిదు విధములైన సాధనలు మనసులోని కల్మషము లను హరింపజేసి మనసునకు ప్రసాదత లభింపజేయును.

సూ॥ 33. వితర్కబాధనే ప్రతిపక్ష భావనమ్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- వితర్కభావనే = హింసాదులు వితర్కమన బడును. ఇటువంటి దుర్భావములు కలిగినపుడు ప్రతిపక్ష భావనం = ఆ దుర్భావములకు విరుద్ధములైన భావముల ద్వారా ఎదుర్కొన వచ్చును.

వ్యాఖ్యానము:- అహింసాదులు వితర్కములు. సాధకునకు వితర్కభావములు కలిగినపుడు అందుకు వ్యతిరేకమైన సద్భావములు పొందుట ద్వారా వితర్కభావనలను ఎదుర్కొనగలడు.

సాధకునకు జీవితములో హింస, చౌర్యము, వ్యభిచారమువంటి భావములు సంభవించవచ్చును. అపుడు అట్టి దుర్భావములకు వ్యతిరేకమైన ప్రేమ దానము పాతివ్రత్యము బ్రహ్మచర్యము మున్నగు భావములు కలుగజేసికొనవలెను. అట్టి ఆలోచనలు చేసిన ఆ దుర్భావములు అంతరించును, ఉదాహరణకు, హింస ఇతర ప్రాణులకు బాధాకరము. ప్రేమచేత బుద్ధభగవానుడు కిరాతకుడగు అంగులీమాలకుని హింసాప్రవృత్తిని మాన్పగలిగెను. ప్రేమచేత సాధించజాలనిదేదియు లేదు. ఇటువంటి ఆలోచనా సరళితో వితర్క భావములను అంతరించ జేయవచ్చును.

సూ॥ 34. వితర్కా హింసాదయః కృతకారిత అనుమోదితా లోభక్రోధమోహ పూర్వకా మృదు మధ్యాధిమాత్రా దుఃఖ అజ్ఞాన అనంతఫలా, ఇతి ప్రతిపక్ష భావనమ్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- హింసాదయః = హింస స్తేయము మున్నగునవి వితర్కములు, దుఃఖ అజ్ఞాన అనంత ఫలాః = దుఃఖము అజ్ఞానము మున్నగు వాటిని కలుగజేయును, క్రోధ మోహ పూర్వకాః = క్రోధ మోహములతో కూడుకొని, కృత, కారిత అనుమోదితాః = చేయించుట, చేయుట, వాటిని ఆమోదించుట, అను మూడు విధములలో నుండును. (మరియు ఇవి) ఉత్తమ, మధ్య అధిమాత్రాః = ఉత్తమ మధ్యమ, అధమము అను మూడు తెగలలో నుండును, ఇతి ప్రతి ప్రక్ష భావనమ్ = ఈ విధముగ నున్న వాటి యెడ ప్రతిపక్ష భావన కలిగి యుండవలెను.

వ్యాఖ్యానము:- కామక్రోధ లోభములు - వి హింస స్తేయములు కలిగించును.

ఇవి మృదు, మధ్య అధమములుగానుండును.
ఇవి మరల చేయువాడు చేయించువాడు ఆమోదించువాడు. అని మూడు తెగలుగా నుండును.

ఈ విధముగా వివరించిన ఒక్కొక్కటి 27 రూపములలో నుండును. ($3 \times 3 \times 3 = 27$) సాధకుడు తనకు కలిగిన భావము ఈ 27 విధములలో ఏ కోవకు చేరునని యోచించి దానికి ప్రతిపక్ష భావన గావించవలెను. ఉదాహరణకు హింసను నీవు స్వయంగా చేసితివా? అది మృదు (సామాన్యమైనదా), మధ్యమమా, నీచమా, అని నీకు కల్గిన భావమును విమర్శించి, అందుకు తగిన ప్రతిపక్ష భావమును అనుసరించుట వలన ఆ దుర్భావము అంతరించును.

సూ॥ 35. అహింసా ప్రతిష్ఠాయాం తత్సన్నిధౌ వైరత్యాగః ॥

ప్రతిపదార్థము:- అహింసా ప్రతిష్ఠాయాం=అహింస పరాకాష్ట చెందిన సాధకుని, సన్నిధౌ = సన్నిధిలో, వైరత్యాగః = వైరము త్యజింపబడును.

వ్యాఖ్యానము:- ఈ సూత్రము నుండి రాబోవు పది సూత్రములు, యమ నియమాదులు అభ్యసించి అందు ప్రతిష్ఠించ బడిన ప్రజ్ఞకలవారికి కలుగు శక్తులు వివరించ బడినవి.

అహింసను తూచా తప్పక అనుష్ఠించిన సాధకుని సమక్షములో ఎంతటి ద్వేషభావమున్న వారిలో నైనను, విరోధ భావము వుండజాలదు. అహింసామూర్తియైన కణ్వ మహాముని ఆశ్రమములో సహజ విరోధముగల జంతువులు వాటి వైరమును మాని చెలిమి కలిగి యుండెనట. అటులనే బుద్ధ భగవానుని ఎదుట హింసకు మారుపేరైన అంగులీమాలకుడు కత్తి ఎత్తజాలడయ్యెను. అహింసావ్రత మాచరించు వారిలో సర్వాత్మనాభావము పరిపూర్ణముగ నుండుటచేత వారి శరీరమునుండి అత్యంత శక్తివంతములైన స్పందములు బహిర్గతము లగుచుండును. అట్టి వాతావరణములో ప్రవేశించిన ఏ వ్యక్తి అయినను ఆ స్పందములచే ప్రభావితుడై, హింసాయుత భావములను విసర్జించును. S. T. ఆంద్రూస్, S. T. ఫ్రాన్సిస్

వంటి సాధు పుంగవుల ఆశ్రమములలో జంతువులు వాటి వైరభావ ములు త్యజించి మెలగుచుండెడి వట.

కనుక త్రికరణ శుద్ధితో అహింసావ్రతము నాచరించిన వారి సన్నిధానములో వైరభావములు పలాయనము లగును.

సూ॥ **36.** సత్యప్రతిష్ఠాయాం క్రియా ఫలాశ్రయత్వమ్॥

ప్రతిపదార్థము:- సత్యప్రతిష్ఠాయాం = సత్యవ్రతములో సిద్ధి పొందిన, క్రియా ఫలాశ్రయత్వం = కార్యసిద్ధి లభించును.

వ్యాఖ్యానము:- సత్యవ్రతములో సిద్ధి పొందిన యోగివాక్కు అమోఘము 'ధార్మికుడ వగుము' అని ఆశీర్వదించిన ఎంతటి పాపి యైన, ధర్మ ప్రవర్తకుడగును. 'సుఖీభవ' అని ఆశీర్వదించిన ఎంతటి దుఃఖితుడైనను, సుఖమును పొందును. ఇందుకు కారణము సత్య వాక్పరిపాలన చేయువారి నోటినుండి అసత్యము రాదు. ఇందుకు కార ణము వారిలో బుద్ధి వికసించినది. కనుక వారు ఈశ్వర సంకల్ప ప్రాప కులుగ రూపొందుదురు. శాపము, వరములు వారు ప్రసాదించు నపుడు వారి వాక్కు ఈశ్వర సంకల్పమునే ప్రతిబింబించును. కాని కర్మను మార్చదు. పరీక్షిన్మహారాజుకు వారము రోజులలో మరణము సంభవించవలసి యుండెను. దానినే శమీక పుత్రుడు శృంగి శాప రూపముగ వెల్లడించెను. అందుకే సత్యవ్రతులు చక్కగ యోచన చేసిగాని మాట్లాడరు. ఆడగూడనిమాటలు వారి నోటినుండి వెలు వడవు. శాపమో వరమో ఏదైన యిచ్చిన అది తప్పక జరుగును. ఇది ఆతని బుద్ధియొక్క వికాసము వలన పొందిన స్ఫూర్తి ప్రభావమే.

సూ॥ **37.** అస్తేయ ప్రతిష్ఠాయాం సర్వ రత్నోపస్థానమ్॥

ప్రతిపదార్థము:- అస్తేయ ప్రతిష్ఠాయాం = అస్తేయములో నిష్ణాతుడైన యోగికి, సర్వ రత్నోపస్థానం = సర్వ రత్నములు లభ్యమగును.

వ్యాఖ్య:- "అస్తేయవ్రతములో నిష్ణాతుడైన యోగికి సర్వ రత్నములు లభించును" అనుటలో అతను కోరితే రత్నముల వర్షము కురియునని కాదు. అతడు ఎక్కడనైనను పయనించునపుడు అతనికి ఆ పొలములలో ఏదైన నిధులు, మణులు దాచియుంచిన, అది అతనికి తెలియవచ్చును. ఆతనికి ద్రవ్యాపేక్ష లేదు. ఆతడు మోక్ష కాంక్షి, ద్రవ్యము లభించినను, నిధులు లభించినను వాటిని తాక నైన తాకడు. సామాన్యముగు ప్రకృతి నియమముల కతడు అతీతుడు. అందుకే రత్నోపస్థాన శక్తి లభించినది. వేమన, యోగి కానంతవరకు బంగారము చేయజాలడయ్యెను. కాని యోగి అయిన తరువాత 'పరసువేది' లభించినను, దానిని నిరాకరించెను.

సూ॥ 38. బ్రహ్మచర్య ప్రతిష్ఠాయాం వీర్యలాభః ॥

ప్రతిపదార్థము:- బ్రహ్మచర్య ప్రతిష్ఠాయాం = బ్రహ్మచర్య వ్రతమునందు పరాకాష్ఠ చెందిన యోగికి, వీర్యలాభః = అత్యంత శక్తి సామర్థ్యములు లభించును.

వ్యాఖ్యానము:- బ్రహ్మచర్యమనగా కేవలము సంభోగము చేయకుండుట మాత్రమే కాదు. సాధకుని మనసులో కామక్రీడకు సంబంధించిన ఎట్టి తలంపురాదు, రాకూడదు. స్వప్నములో కూడ స్ఖలనము కలుగదు. ఎట్టి పరిస్థితులలోనైన వీర్యస్ఖలనము కలుగదు. వారు ఊర్ధ్వరేతస్కులు. వారి వీర్యము ఓజస్సుగా మారుటచే వారికి అత్యంత శక్తి సామర్థ్యములు కలుగును. అట్టి వీర్యలాభము పొందిన వారెంతటి సమర్థులో ఆంజనేయుని ఉదంతము వలన మనము ఊహించవచ్చును. సాధకుని వీర్యము ఓజస్సుగా మారుటచే అతని మేధాశక్తి అసమాన్యమై యుండును. ఎంతటి క్లిష్టములైన విషయములను అత్యంత సులభముగ పరిష్కరించగల ధీశక్తిని పొందగలడు,

సూ॥ 39. అపరిగ్రహస్థైర్యే జన్మకథంతా సంబోధః ॥

ప్రతిపదార్థము:- అపరిగ్రహస్థైర్యే = అపరిగ్రహ గుణములో స్థిరత్వము పొందిన యోగికి, జన్మకథంతా సంబోధః = జన్మల విధానము విదితమగును.

వ్యాఖ్యానము - జన్మకథంతా = కథంతా క స్త్వం, కోహం కుత ఆయాతః, కింస్విదిదమ్ = జన్మల గురించి నేనెవడను ? ఎట్లయి తిని ? ఇది ఏమి ? ఇది ఎట్టిది ? అను ప్రశ్నపరంపర కథంతా అన బడును. అపరిగ్రహమున సిద్ధుడైన యోగి తన జన్మోదంతమును తెలియగోరిన, అతనికంతయు సాక్షాత్కారమగును. ఇట్టి యోగి ఇహలోక బంధము నుండి చాలవరకు విడివడియుండుటచే అతని ప్రజ్ఞ ఎప్పుడును ఉత్తమ లోకములలో వ్యవహరించుచుండును. పూర్వజన్మల సారమంతయు జీవాత్మ చైతన్యములో సంక్షిప్తమై యుండుటచే అతని ప్రజ్ఞ సులభముగ జీవాత్మ చైతన్యముతో నొక్కటై పూర్వజన్మల కథనమంతయు తెలిసికొనగలడు.

'How to read past lives' అను గ్రంథములో విదితము చేసిన వివరముల ప్రకారము విశ్వములో జరుగు ప్రతి విషయము విశ్వమనోమయ ద్రవ్యములో ముద్రితమైయుండును. యోగి తన ఇచ్ఛాశక్తిచేత తన మనసును, విశ్వమనసుతో తాదాత్మ్యము చెందించి తన పూర్వజన్మల విశేషమును తెలిసికొనగలడు.

ఇంతవరకు యమసాధనలోని అంశములను సంపూర్ణముగ సాధించ గలిగిన యోగియొక్క శక్తులు వివరించబడినవి. ఇక రాబోవు సూత్రములో నియమములోని అంశములను సాధించిన యోగి పొందు శక్తులు వివరించబడును.

సూ॥ 40. శౌచాత్స్వాంగ జుగుప్సాపరైః అసంసర్గః ॥

ప్రతిపదార్థము:- శౌచాత్ = బాహ్యశౌచము సిద్ధించిన

యోగికి, స్వాంగ జుగుప్సా = తన అంగములపై జుగుప్స (ఏవగింపు), పరైః = ఇతరుల శరీరములతో, అసంసర్గః = అసంగత్వ మేర్పడును.

వ్యాఖ్యానము:- బాహ్యశౌచములో నిష్ణాతుడైన యోగికి తన శరీరమును గురించి సంపూర్ణజ్ఞానము కలుగును. తోలుతో కప్పబడినది. లోపల అంతయు కుళ్లు, రక్తము, మాంసము, మలభూయిష్టము, ఇట్టి దుర్గంధ భూయిష్టమైన శరీరముపై జుగుప్స కలుగుటలో ఆశ్చర్యములేదు. ఇట్టి మల భూయిష్టమైన శరీరమును తానే అని భావించుట ఎంత రోత! అను భావము కల్గును. ఇట్టి కంపుకొట్టు కశ్మల భూయిష్టమైన దేహమును ఒక దినము శుభ్రముగ వుంచుకొనక పోయిన మరింత కశ్మలమగును. ఇందుచేత ఈ శరీరముపై జుగుప్స కలుగును. ఇట్టిదే కదా ఇతరుల శరీరము ఎందుకు దానిని తాకుట; దానిని ఆలింగనము చేసుకొనుట? అని ఇతరుల శరీరములపై ఏహ్యభావము పొందరు. అందుకే పలువురు యోగులు ఏకాంతవాసము చేయుచుందురు.

సూ॥ 41. సత్వశుద్ధి సౌమనస్య ఏకాగ్రేంద్రియ జయాత్మ దర్శన యోగ్యత్వాని చ।

ప్రతిపదార్థము:- (అంతః శౌచము పొందిన యోగికి) సత్వశుద్ధి = బుద్ధి సత్వము, శుద్ధమగును, సౌమనస్యము, ఏకాగ్రత, ఇంద్రియజయము, ఆత్మదర్శన యోగ్యత మున్నగునవి లభించును.

వ్యాఖ్య:- అంతరంగిక శౌచమువలన బుద్ధి శుద్ధమగును. బుద్ధి ఎప్పుడూ శుద్ధమైనదే, ఇచట బుద్ధి శుద్ధమైనదనిన, బుద్ధిని ఆవరించిన మానసిక దోషములు, తుడిచివేయబడినవి. బుద్ధి స్వభావ సిద్ధముగ ప్రకాశించును. సత్వమువలన జ్ఞానము కలుగును. సౌమనస్యము కలుగును. సౌమనస్యమన ప్రశాంతచిత్తము (Chearfulness) మనసు ప్రశాంతముగ నున్నపుడు ఏకాగ్రత లభించును. ఇంద్రియ

జయము కలుగును. అందువలన ఆత్మదర్శనము సులభతరమగును.

సూ॥ **42.** సంతోషాత్ అనుత్తమ సుఖలాభః ।

ప్రతిపదార్థము:- సంతోషాత్ = సంతోషమువలన, అనుత్తమ సుఖలాభః = మిక్కిలి సుఖము లభించును.

వ్యాఖ్యానము:- సుఖమును కోరువాడు పరమ సంతోష సంయుతుడు కావలెను, సంతోషమే సుఖమునకు మూలము. సంతోషము లేమియే దుఃఖకారణము, అని మనుస్మృతిలో చెప్పబడినది. సంతోషము అనగా సంతృప్తి కలిగియుండట. కోరికలు తీరుటవలన సుఖము కలుగును. కాని కోరికలు పుంఖాను పుంఖములుగ కలిగిన, వాటిని తీర్చుట కష్టసాధ్యము. కోరికలు తీరకపోవుటచే దుఃఖము కలుగును. కోరికలే లేకున్న దుఃఖమే లేదు. యోగి కోరికలు కోరడు. కర్మవశమున ఏమి లభించిన దానితో తృప్తి చెందును, కర్మ చేయును. కర్మఫలము నాశించడు. యదృచ్ఛాలాభసంతుష్టుడు. "సంతుష్టః సతతం యోగీ!" యోగి ఎల్లపుడును సంతుష్టుడే, అంటుంది భగవద్గీత. "సంతుష్టుడీ మూడు జగముల పూజ్యుండు. సంతుష్టు కెప్పుడు జరుగు సుఖము. సంతుష్టిలేమియే సంసార హేతువు" అని భాగవతము బోధిస్తుంది. ప్రాప్తించిన లేశమైన పదివేలనుచు, మనుజుడు తృప్తి చెందవలెను. కనుక సంతోషమువలన దుఃఖనివృత్తి ఆనందప్రాప్తి కలుగును.

సూ॥ **43.** కాయేంద్రియ సిద్ధిః అశుద్ధిక్షయాత్ తపసః॥

ప్రతిపదార్థము.- తపసః = తపస్సంపన్నునకు, అశుద్ధిక్షయాత్ = పాపక్షయ మగుటవలన, కాయేంద్రియ సిద్ధిః = శరీరసంపద, ప్రతిభ మున్నగు ఇంద్రియ సిద్ధులు కలుగును.

వ్యాఖ్యానము:- కాయసిద్ధి అనగా అణిమాది సిద్ధులు. ఇంద్రియసిద్ధి యన దూరశ్రవణము - అని వ్యాసుల భాష్యము.

తపస్సు వలన ముఖ్యముగ పొందునది అశుద్ధిక్షయము. మనసుకు స్థూలశరీరమునకు కల్గిన కల్మషము క్షీణమగును. ఆరోగ్యవంతమైన శరీరము ఆరోగ్యవంతమైన మనసు లభ్యమగును. మనసు నిర్మలమగుటచే దేహేంద్రియములు, మనసు స్వాధీనమగును. మనసు చేయు సంకల్పములు శుద్ధములుగ నుండును. ఆ కారణము చేత ఇంద్రియములు సత్కర్మలు చేయగలుగును. మనసు పరిశుద్ధమైనపుడు బుద్ధి వికాసము చెందును. ఏది యెట్లున్నను తపస్సు వలన సూక్ష్మ శరీరములు వినిర్మలమగును.

సూ॥ 44. స్వాధ్యాయాత్ ఇష్టదేవతా సంప్రయోగః ॥

ప్రతిపదార్థము:- స్వాధ్యాయాత్ = స్వాధ్యాయము వలన, ఇష్టదేవతా = అభీప్సితులైన దేవతలు, ఋషులు - సిద్ధపురుషులు, సంప్రయోగః = సంబంధము లభించును.

వ్యాఖ్య:- స్వాధ్యాయశీలురకు తత్ సంబంధమైన దేవతలు, ఋషులు, సిద్ధపురుషుల దర్శనము లభించును.

స్వాధ్యాయమువల్ల ఆ అధ్యయన గ్రంథరచయితలైన మహా పురుషులతో సన్నిహితత్వము కలిగినట్లగును. స్వాధ్యాయము వలన పొందిన జ్ఞానముతో సాధకుడు తన లక్ష్యసిద్ధిని, సత్వరముగ పొందగలడు.

సూ॥ 45. సమాధి సిద్ధిః ఈశ్వర ప్రణిధానాత్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- ఈశ్వరప్రణిధానాత్ = ఈశ్వరప్రణిధానము వలన, సమాధి స్థితిః = సమాధిస్థితి లభించును.

వ్యాఖ్య:- ఈశ్వర ప్రణిధానము అష్టాంగయోగమూలముగా గాక ఇతర విధములుగ సమాధిస్థితి పొందగల సాధనముగ సమాధి పాదము 23 సూత్రము వివరించింది. క్రియాయోగములో ఇది ఒక

ప్రక్రియగా చెప్పబడినది, నియమసాధనలో మరల యిది ఒక సాధనగ చెప్పబడినది.

భగవద్గీతలోని భక్తి యోగములో "మయ్యేవ మన ఆధత్స్వ మయి బుద్ధిం నివేశయ, నివశిష్యసి మయ్యేవ" అని చెప్పబడినది, అనగా భగవంతునికి మనసు, బుద్ధిని సమర్పించి అతనిలోనే నివసింపుమని భావము. భక్తి భావములో పరాకాష్ఠ చెందిన భక్తుడు తన్ను తాను మరచి భగవంతునిలో ఒక్కటి అగును. ఇదే పతంజలి ప్రోక్తమైన సమాధి. భక్తిలో అహంకారము, అస్మిత నశిస్తుంది. జ్ఞానదీప్తి లభిస్తుంది. భక్తునికి యమ నియమాదులు అవంతకవే లభ్యమగును.

ఈ సూత్రములో యమనియమ విచారము పూర్తి అవుతుంది.

సూ॥ **46.** స్థిర సుఖమాసనమ్ ।

స్థిర = నిశ్చలత, సుఖం = సుఖము కలిగించునది, ఆసనం = అష్టాంగ యోగములలో మూడవది అయిన, శిక్షణ ఆసనము.

వ్యాఖ్యానము:- 46, 47, 48 సూత్రాలలో 'ఆసనము'ను గురించి సూత్రకారుడు సవివరముగ బోధించినాడు. ఆసనములకు హఠయోగములో అత్యంత ప్రాధాన్యమివ్వబడినది. ఆసనములు అభ్యసించుటవలన శరీరములోని గ్రంధులు ఎక్కువగా పనిచేయుట వలన శరీరారోగ్యము లభించును. ఆరోగ్యము పొందిన సాధకుడు కొన్ని ఆసనములు దీర్ఘకాలము వేయుటవలన చైతన్యములో మార్పును పొందును. కుండలినీ శక్తి ప్రకోపించును. తద్వారా దివ్యమైన శక్తులు, ఆత్మవికాసము లభించును. హఠయోగము కష్టమైనది. సరియైన గురువు లేకున్న ప్రమాదములు పొందు అవకాశము కలదు. కొన్ని ఆసనములు వేయుటవలన శరీరారోగ్యము చక్కబడును. వాటిని అభ్యసించిన ఆసనశుద్ధి లభించును.

అష్టాంగయోగములో దేహము ధ్యానసమయమున, నిశ్చలముగ ఒకే స్థితిలో వుండజేయు గలుగుటే, ఆసనముయొక్క ముఖ్య ప్రయోజనము. ఒకే పద్ధతిలో కూర్చొనుట సామాన్యులకు సాధ్యము కాదు. యోగసాధనకు ఒకే పద్ధతిలో కూర్చొనగలుగుట అవసరము. ఏ ఒక్క ఆసనములోగాని కొన్ని గంటలు కదలక, మెదలక కూర్చొను ఆసనమును అభ్యసించుట అవసరము. ఆ ఆసనము సుఖము కల్గించునదిగా వుండవలయును. కొన్ని ఇతర ఆసనముల అభ్యాసమువలన శరీరము స్వాధీనములోనికివచ్చి స్థిరత లభించును. ధ్యానమునకు సామాన్యముగ పద్మాసనము ఉపయోగింతురు.

4 గంటల కాలము కదలక మెదలక ఒకే ఆసనములో కూర్చుండుట సాధించవలెనని కొన్ని గ్రంథములు చెప్పుచున్నవి. ఎంతకాలము ధ్యానములోనుండగలరు అను విషయము ననుసరించి, ఈ ఆసనకాలము ఎవరికి వారు నిర్ణయించుకోవలసియున్నది. ఆరోగ్యవంతమైన శరీరమే చాలాకాలమువరకు ఒకేవిధము కూర్చొనగలదు, కనుక ఆసనాభ్యాసము శారీరక ఆరోగ్యమును, నిశ్చలతను కలుగు కొరకు చేయుట అత్యవసరము.

సూ॥ 47. ప్రయత్నశైథిల్యానంత సమాపత్తిభ్యామ్।

ప్రతిపదార్థము:- ప్రయత్న = ప్రయత్నముచేత, శైథిల్యాత్ = చేష్టాభావమువలనను, అనంత సమాపత్తిభ్యాం = అయత్నసిద్ధమైన ఆసనములుగల సర్పాది క్రిమివర్గమును గమనించి, వాటి ననుసరించుటచేత, ఆసనము సిద్ధించును.

వ్యాఖ్య:- స్వభావసిద్ధమైన శారీరక చేష్టలు ప్రయత్నము లనబడును. ఇవి శిథిలములు కావలయును. చేష్టలుడుగవలెను, శారీరకమైన స్వాభావికములగు కదలికలు లేకుండయుండుట, ఆసనా

భ్యాసమువలన కలుగు ప్రయోజనము. ఇదే స్థిరత్వము. ప్రకృతిలో కొన్ని జంతువులు స్వాభావికముగ కదలిక లేకవుండును. ఒక సింహము, పులి వాటిని గమనించిన అవి చాలాకాలము కదలక మెదలక వుండును. అటులనే కొన్ని పక్షులు ఉదాహరణకు కొంగలు, వాటిని చూచి స్థిరత్వమన ఎట్టిదో నేర్చుకొన వచ్చును.

ప్రయత్నము చేత శరీరమును నిశ్చలముగ నుండునట్లు చేయుటకు మనసును ఆ ప్రయత్నముపై ఏకాగ్రము చేయవలసియుండును. ఇటుల చేయుటవలన ధ్యానమునకు ఉపయోగించవలసిన మనసు ఆసన స్థితిపై ఉపయోగించవలసియుండును. కనుక మనశ్శక్తిని పూర్ణముగ ధ్యానమునందు వుపయోగించుటకు పూర్వమే ఆసనములు అభ్యసించి ప్రకృతిలోని జంతువులను పక్షులను గమనించి అప్రయత్నముగ శరీరము నిశ్చలముగ నుండునట్లు చేసికొనిన మనసు సంపూర్ణముగ ధ్యానావస్థితమైయుండును.

ఆసనసిద్ధి అనంతునిపై, ధ్యానము చేయుటవలన లభ్యమగు నని ఈ సూత్రములో 'అనంతసమాపత్తి' అను ప్రయోగమువలన తెలియబడుచున్నది. 'అనంతుడు' అనగా ఎవరు? అనంతుడను సర్పము - ఆది శేషుడు - ఈభూమిని తన తలపై మోయుచున్నాడు. అనంతుడు నిశ్చలముగా నున్నపుడే భూమి స్థిరముగ నుండును. కొంచము చలించిన భూమి పతనముగాగల ప్రమాదముండుట చేత, అనంతుని గమనించి, అతనిని ధ్యానించి స్థిరత్వమును అచంచలతను అలవరచుకొమ్మని ఒక భావము.

ఆధునిక శాస్త్రజ్ఞులు అనంతుడు భూమిని మోయుచుండుటను ఆమోదించరు. కనుక 'అనంత' అనునది ఒక చిహ్నము (Symbol) గా గ్రహించవలసియున్నది. భూమి సూర్యుని చుట్టు అత్యంత వేగముతో పరిభ్రమించుచు, భూతలమును స్థిరముగా నుంచగలిగెడి 'శక్తిని అనంతునికి చిహ్నముగా భావించి ధ్యానించి స్థిరత్వము

పొందవచ్చును. ఒక బొంగరము అత్యంత వేగముగా తిరుగుచున్నను స్థిరముగ నుండుటను చూచి స్థిరత్వమెట్టిదో తెలిసికొని దానిని పొందుటకు ఆసనాభ్యాసముద్వారా ప్రయత్నించవలెను. ఇవన్నియు ఆసన శుద్ధికై సూచించిన ఉపాయములు.

సూ॥ 48. తతో ద్వంద్వానభిఘాతః ।

ప్రతిపదార్థము:- తతః =ఆసనసిద్ధివలన, ద్వంద్వానభిఘాతః = ద్వంద్వములచేత కలుగు బాధలను సాధకుడు పొందడు.

వ్యాఖ్య.- ద్వంద్వములు - (శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖములు మున్నగునవి) మనోవిక్షేపము కలిగించును. ఆసన శుద్ధి లభించిన యోగి శారీరకమైన ద్వంద్వములచేత బాధను పొందడు. టిబెట్టు దేశములో యోగసిద్ధికి ఒక పరీక్ష కలదు. మంచుపై కూర్చొని ధ్యానము చేయగలుగుట. తమ శరీరములోని ఉష్ణమును ఆసన సిద్ధిచేత ఎక్కువ చేసి, శీతమువలన బాధ పొందకుండుట, ఈ పరీక్ష ఉద్దేశము. పూర్వము తపస్సు చేయువారు పంచాగ్ని మధ్యమున కూర్చొనెడివారు. కనుక బాహ్యములైన ద్వంద్వములకు అతీతత్వము, ఆసనసిద్ధిద్వారా పొందవచ్చును. పతంజలి మహర్షి సూత్రీకరించిన ఆసన సిద్ధివలన కలుగు ప్రయోజనములు (1) దేహారోగ్యము పొందుట, (2) బాహ్యములైన శీతోష్ణములు మున్నగు ద్వంద్వములచేత బాధను పొందకుండుట, (3) ఇచ్ఛాశక్తి, (will Power) అభివృద్ధి (4) ఆసన సిద్ధివలన ప్రాణాయామ సాధన సులభతరమగును.

ప్రాణాయామము.

సూ॥ 49 తస్మిన్ సతి శ్వాస ప్రశ్వాసయోః గతి విచ్ఛేదః ప్రాణాయామః ॥

ప్రతిపదార్థము:- తస్మిన్ సతి = ఆసనసిద్ధి కలిగిన పిదప, శ్వాసః ప్రశ్వాసయోః = గాలిని పీల్చుట (శ్వాసము) విడుచుట

(ప్రశ్వాసము), గతి విచ్ఛేదః = స్వాభావికముగ జరుగు యీ ప్రక్రియకు అంతరాయము (నిరోధము) కలిగించుట, ప్రాణాయామః = ప్రాణాయామము. (అనబడును.)

వ్యాఖ్యానము:- ప్రాణాయామమునకు అష్టాంగ యోగములో ప్రాముఖ్యత నిచ్చుటకు కారణము ప్రాణమునకు, మనసునకు సన్నిహిత సంబంధము వుండుట చేతనే. ప్రాణమనగానేమి? ప్రాణము ఒక శక్తి, కంటికి కగపడనిది. ప్రాణమయ కోశము, మిగత నాల్గు కోశములను ఓత ప్రోతముగ ఆవరించియుండును. ఇది ప్రాణమునకు ఆశ్రయము. ప్రాణము ఈ విధముగ అన్ని కోశములను ఆవరించియుండుట చేత ఆయా కోశములోని ద్రవ్యాణువులను (Matter) శక్తిని (Energy) సంధాన పరచును. ఆయా ఉపాధుల (కోశములు) లోని అణువులను ఆయా స్థానములలో నుంచి, ప్రతి అంగము చేయవలసిన పనిని దానితో చేయించు శక్తి ప్రాణము. ప్రాణము ఆ వుపాధి నుండి ఉపసంహరించ బడిన ఆ వుపాధి మరణించును. ప్రాణము అయిదు విధములు. అవి ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన, సమానములు. ఆ ప్రాణములుండు స్థానములు. హృదయమునందు పనిచేయు ప్రాణ శక్తి ప్రాణము. గుదస్థానమున వుండి విసర్జనమునకు తోడ్పడు ప్రాణ శక్తి, అపానము. సమానము నాభి ప్రదేశములో వుంటూ శరీరమునకు ఒక (Stability) స్థిరత్వము నొసంగుచుండును. వ్యాన- శరీరమంతట ప్రాణమును వ్యాపింప జేయును. ఉదాన - కంఠ ప్రదేశములో నుండును. సమానము - 'నాభి' ప్రదేశములో నుండును. ఇవి గాక అయిదు (5) ఉపప్రాణములు కలవు. అవి - నాగ, కూర్మ, కృకర దేవదత్తము, ధనంజయము. నాగము - వాగ్ద్వారమునందును, కూర్మము - ఉన్మీలనము (గాలిని వదలును), కృకరము కనుచూపు చూచుట యందును, దేవదత్తము - విజృంభక్రియ - తుమ్ము, ఆవలింపు; ధనంజయము సర్వమును వ్యాపించి మరణము తరువాత కూడ శరీరము నందుండునది.

శ్లో॥ వాగ్ద్వారే నాగ అఖ్యాతః కూర్మ ఉన్మీలనే స్మృతః ।
కృకరా చ్ఛుతుతం జ్ఞేయం దేవదత్తా ద్విజృంభణం ।
న జహాతి మృతం వ్యాపి సర్వవ్యాపీ ధనంజయః ॥ (అమరము)

మనము లోనికి పీల్చునది, వదలునది ప్రాణముకాదు, అది ప్రాణముతో కూడుకొనిన వాయువు. ఊపిరితిత్తులు వాయువును లోనికి తీసికొని, బయటకు పంపుచుండును. ఈ ప్రక్రియ ప్రాణశక్తి యొక్క బాహ్యరూపము. ప్రాణశక్తిని నియంత్రణ చేయుటే ప్రాణాయామము (ప్రాణ + ఆయామ.)

విద్యుత్ శక్తి, ఒక ఫాన్ (Fan) లోని ఆకులను వేగముగ తిరుగునట్లు చేయును. బల్బులోని తంత్రులను ప్రకాశింపజేసి వెలుగు నిచ్చును. ఫాన్ లోని ఆకుల కదలుటకు బల్బులోని తంత్రులు వెలుగుటకు విద్యుత్ ఆధారము. బల్బులోనితీగలు ఫానులోని ఆకులు ఆధేయములు. అదేవిధముగ శరీరాంగములు ఆధేయములు వాటికి ఆధారము ప్రాణము ఇట్టి సర్వాంగములకు ఆధారముగానుండు ప్రాణశక్తిని, నియంత్రణ చేయు పద్ధతి ప్రాణాయామము.

ఈ ప్రాణశక్తిని నియంత్రణ చేయు విధానము అతిరహస్యముగ నుంచబడినది. అనుభవజ్ఞులైన గురువుల సన్నిధానములోనే ఈ ప్రాణాయామము అభ్యాసము గావించవలెను. స్వతంత్రముగ గ్రంథముల చదివి అభ్యసించుట ప్రమాదకరము.

హఠయోగములో, ఈ ప్రాణశక్తిని ఆసన ప్రక్రియలద్వారా నియమించి చిత్తవృత్తుల నిరోధము సాధించబడును. రాజయోగ పద్ధతిలో మనసును స్వాధీనము చేసుకొని ప్రాణమును నియమించబడుచున్నది. పాతంజలి సూత్రములు ఈ రెండు పద్ధతులను సమన్వయముగావించుచు శిక్షణ విధానమును రూపొందించినది.

కొన్ని ప్రక్రియలు సాధన చేయుటవలన ప్రాణాయామము చేయువారు చక్కటి ఆరోగ్యము కలిగియుందురు.

(1) శ్వాసకోశములందున్న గాలిని బలముగ బయటకు విడుచుట మరల బలముగా శ్వాసకోశములో నింపుటవలన శ్వాసము తీసుకొనెడి నాళములు పరిశుద్ధములగును. ఇది ప్రమాదమైనది కాదు, రేచకము (గాలి విడుచుట), పూరకము (గాలిని శ్వాస కోశములో నింపుట) వలన ప్రాణవాయువు ఎక్కువ కాలము శ్వాస కోశములో నుంచుటచేత రక్తశుద్ధి యగును.

(2) ఒక ముక్కు రంధ్రములో గాలిపీల్చి మరియొక ముక్కు రంధ్రముతో గాలిని విడుచుటవలన శ్వాస ప్రశ్వాసములోని ఆటంక ములు తొలగును. ఇది ఎట్లు సాధ్యమో ఒక ఉదాహరణమువలన తెలిసికొందము. ఒక గొట్టముగుండ నీళ్ళు పోవునపుడు, ఆ గొట్ట ములో కొంత మురికి పేరుకొనియుండును. కనుక ఆ గొట్టము మరి యొక ప్రక్కనుండి నీళ్ళు బలముగా పోయుటవలన, ఆ మురికి కొట్టు కొని పోవును. అటులనే ఈ విభిన్న శ్వాస ప్రశ్వాస ప్రక్రియల ద్వారా, శ్వాసనాళములు పరిశుద్ధములగును. ఈ ప్రక్రియను గురించి సమాధిపాదము 32-వ సూత్రములో వివరించబడిన, ఈ ప్రక్రియ వలన పెద్ద యిబ్బంది ఏమియు లేకున్నను అనుభవజ్ఞుల పర్యవేక్షణలో అభ్యాసము చేయుట మంచిది.

(3) గాలిని ఊపిరి తిత్తులలో బిగించియుంచు ప్రక్రియ - కుంభకము. ఒక ముక్కు పుటముతో పీల్చి కొంతకాలము గాలిని అందు బంధించి, మరియొక ముక్కు పుటముతో నెమ్మదిగా విడువ వలెను. అటులనే మరియొక ముక్కు పుటము ద్వారా లోనికి తీసికొని, అందు గాలిని కొంతకాలము వుంచి, రెండవ ముక్కు పుటముద్వారా నెమ్మదిగా వదలవలెను. నెమ్మది నెమ్మదిగా ఊపిరి తిత్తులలో గాలివుండు కాలమును పొడిగించుచు రావలెను. శ్వాస, కుంభక, నిశ్వాసకాలము 1 : 4 : 2 నిష్పత్తిలో నుండవలెననియు, మరికొందరు 2 : 6 : 2 నిష్పత్తిలో నుండవలెనని అభిప్రాయ పడు

చున్నారు. ఉచ్ఛ్వాసమునకన్న నిశ్శ్వాసమునకు ఎక్కువ కాలము వుండుట మంచిది. ఇందువలన ఇచ్ఛాశక్తి, నిరోధకశక్తి పెరుగును.

4. రేచక పూరకములకన్న కుంభకము అధిక కాలము వుంచుట క్రియాసహిత కుంభకము కొంతకాలము అభ్యసించిన పిదప పూరక రేచకముల మినహాయించి, కుంభకమునే అభ్యసించు పద్ధతి - కేవల కుంభకము. ఈ పద్ధతివలన సాధకునకు 'ప్రాణము' పై మరింత అధికారము లభించును ఇందు వలన కుండలినీ శక్తిని కూడ ప్రేరేపించవచ్చును. గురు సమక్షములో అభ్యసించిన, దీనివలన సిద్ధులు లభించగలవు. గురువుల పర్యవేక్షణ లేక స్వంతముగా అభ్యసించిన ప్రమాదములకు గురికావచ్చును.

'తస్మిన్ సతి' అనగా ఆసనసిద్ధి లభించిన తరువాత అని అర్థము. ఆసనసిద్ధి లభించిన శరీరము ప్రాణాయామము చేయుటకు చక్కటి యోగ్యత గలదిగా రూపొందును. శ్వాస ప్రశ్వాసములు పూర్వము కన్న నెమ్మదిగ జరుగును. ఒక్కొకతూరి 'కుంభకము' స్వాభావికముగనే లభించును. ముఖ్యముగ గమనించవలసిన విషయమే మన ప్రాణాయామము విజయవంతము కావలసిన బ్రహ్మచర్యము అవలంబించుట ఎంతేని అవసరము,

సమాధి పాదము 34 వ సూత్రములో ప్రచ్ఛర్దన, విదారణలు కేవలము ఆరోగ్యము పొందు సాధనలుగ మాత్రమే చెప్పబడినది. సాధన పాదములో యమ, నియమ, ఆసనముల తరువాత ప్రాణాయామము చెప్పబడుట వలన ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానములకు ప్రాణాయామ సాధన ముఖ్యావశ్యకతయని తెలియనగును.

సూ॥ 50. బాహ్యాభ్యంతర స్తంభ వృత్తిః, దేశకాల సంఖ్యాభిః పరిదృష్టో దీర్ఘ సూక్ష్మః॥

ప్రతిపదార్థము:- (ప్రాణాయామము) బాహ్య అభ్యంతర

స్తంభ = బాహ్యము అభ్యంతరము (Internal) స్తంభము, వృత్తిః = వృత్తులు కలది. దేశకాల సంఖ్యాభిః = దేశకాల సంఖ్యలతో, పరిదృష్టః = చక్కగా తెలియబడినది; మరియు, దీర్ఘ సూక్ష్మః = దీర్ఘము, సూక్ష్మము అను లక్షణములు కలది.

వ్యాఖ్య:- (1) బాహ్యవృత్తి ప్రాణాయామము - లోపలి గాలిని బయటకు తీసి స్తంభింపజేయుట. ఇదే రేచన ప్రాణాయామము (బాహ్యవృత్తి.)

(2) అభ్యంతర వృత్తి ప్రాణాయామము - బయటి గాలిని లోపలకు తీసికొని స్తంభింపజేయుట (పూరక ప్రాణాయామము) అభ్యంతర వృత్తి.

(3) స్తంభవృత్తి ప్రాణాయామము - ఇక్కడ రేచక పూరకములు రెండును లేవు. ఎక్కడి గాలిని అక్కడనే స్తంభింపజేయుట, శ్వాస ప్రశ్వాసముల గతిని ఒక్కమారు అడ్డగించుట. ఇదియే స్తంభ వృత్తి. కడవలోని నీటిని కదలకుండ నుండునట్లు చేయుట వంటిది, అగుటచే ఇది 'కుంభకము' అని పేరొందినది.

ఈ మూడు విధములైన ప్రాణాయామములు (1) దేశ (2) కాల (3) సంఖ్యలతో కూడినది.

(1) దేశపరిమితి - సాధకుడు గాలిని విడుచునపుడు ఒక దూది పింజను నాశికాగ్రమునకు ఎదుట నుంచవలెను. ఎంతదూరములో నుంచిన ఆ దూది పింజె కదలుచుండును. (జానడు, మూరడు ఎన్ని అంగుళముల పరిమితిలో అది కదులును కదలకుండును.)

పూరకమునకు పరిమితి - వాయు పూరక సమయములో, లోపల చీమ ప్రాకునట్లు స్పర్శకలుగుట - అభ్యంతర పరిమితి.

కుంభ దేశ పరిమితి - ఇక్కడ తూలిక పిపీలికాచలన స్పర్శ లుండవు.

కాలపరిమితి - మోకాటి చిప్పను మూడుసార్లు చేతితో స్పృశించి ఒక చిటికవేయు కాలము 'మాత్ర' అనబడును. అట్టి 12 మాత్రల కాలము కుంభకమునకు స్థిరత యేర్పడును. అది ప్రథమ ఉద్ఘాతము. 24 మాత్రల కాలము మధ్యమ ఉద్ఘాతము, 36 మాత్రల కాలము వాయువు స్తంభింపజేసిన అది తీవ్రము అనబడును.

సూ॥ 51. బాహ్యాభ్యంతర విషయాక్షేపీ చతుర్థః।

ప్రతిపదార్థము:- బాహ్యాభ్యంతర విషయాక్షేపీ = రేచక పూరకముల నపేక్షింపని శ్వాస ప్రశ్వాసములుగ సత్యభావమనెడి కేవల కుంభక ప్రాణాయామము, చతుర్థాః = నాల్గవది.

వ్యాఖ్య:- 50 వ సూత్రములో చెప్పబడిన కుంభక ప్రాణాయామమునకు ఈ సూత్రములో చెప్పబడిన కేవల కుంభక ప్రాణాయామమునకు స్వల్పభేదము కలదు. కుంభకము శ్వాస ప్రశ్వాసములతో కూడినది, కేవల కుంభకములో శ్వాస ప్రశ్వాసముల ప్రమేయమే లేదు. కేవల కుంభకము గురుముఖముగ అభ్యసించవలసినదే. ఈ ప్రాణాయామ క్రియలో ఏమి ఎట్లు జరుగును, ఎట్లు చేయవలెను. అనునవి అభ్యాసమునకు సంబంధించిన రహస్యములు. కేవల కుంభక ప్రాణాయామము వలననే 'కుండలినీ' ప్రకోపింపనగును. ఈ సూత్రము కేవల కుంభకమున్నదని సూచన మాత్రముగా తెలియజేయుచున్నది అభ్యాస విషయము చెప్పుటలేదు. గురుముఖముగనే తెలియనగును

సూ॥ 52. తతః క్షీయతే ప్రకాశావరణమ్।

ప్రతిపదార్థము:- తతః = ప్రాణాయామము సిద్ధించిన, ప్రకాశావరణం = బుద్ధిని ఆవరించియున్న మాలిన్యము, క్షీయతే = క్షీణించును తొలగును.

వ్యాఖ్య - ప్రాణాయామము సిద్ధించిన కొలది సాధకునకు సత్వప్రకాశము అధికమగును. అవిద్యాక్లేశములు, వాటివలన కలుగు

తామసవృత్తులు నశించును. అతను పొందుచున్న స్వప్నాదివృత్తులు, సత్వప్రకాశములై యుండును. ఈ స్థితియే ప్రాణాయామ సిద్ధికి చిహ్నము. ఈ ప్రకాశమువలన సూక్ష్మతర కోశములలోని విషయములు స్ఫుటముగా గోచరించును. ధ్యానధారణలు సులభతరము లగును.

సూ॥ 53. ధారణాసు చ యోగ్యతా మనసః।

ప్రతిపదార్థము:- మరియు ప్రాణాయామ సిద్ధివలన, ధారణాసు చ యోగ్యతా = ఇకముందు వివరించబోయెడి ధ్యానధారణలయందు నిలకడ మనసః = మనసు పొందును.

వ్యాఖ్య:- ప్రాణాయామ సిద్ధివలన పొందెడి మరియొక లాభమేమన మనసు ధారణ, ధ్యానాదులకు యోగ్యమైనదిగ రూపొందును, అనగా మనసుకున్న దోషములు - చంచలత క్షీణించును. ఇతర యోగ పద్ధతులలో ప్రాణాయామముయొక్క ఆవశ్యకత అంతటి ప్రాధాన్యం నొసంగలేదు. కాని ఇది ధ్యాన ధారణ సమాధి స్థితులు పొందుటకు తోడ్పడుటచే పాతంజలి సూత్రములు దీనికి ప్రాధాన్యత నొసంగినది.

సూ॥ 54. స్వ విషయా సంప్రయోగే చిత్తస్య స్వరూపానుకార ఇవేంద్రియాణాం ప్రత్యాహారః ॥

ప్రతిపదార్థము:- స్వవిషయా సంప్రయోగే = శబ్దాదులైన స్వవిషయములతో సంయోగము లేనందువలన కలిగిన, ఇంద్రియాణాం = చక్షురాది ఇంద్రియములయొక్క, చిత్త స్వస్వరూపానుకార ఇవ = చిత్తస్వరూపమును అనుకరించునట్లుండుట - ప్రత్యాహారము.

వ్యాఖ్య:- ప్రత్యాహార సాధనలో ఇంద్రియములు యింద్రియార్థముల వైపు పరుగిడవు. అవి ఇంద్రియార్థములపై విముఖత చెందును.

ఇంద్రియములు ఇంద్రియార్థముల నుండి ఉపసంహరించు కొనుట ప్రత్యాహారము అనబడును. సూత్రకారుడు ప్రత్యాహారమును గురించి వివరముగ బోధించి యుండలేదు ప్రత్యాహారమును గురించి పలువిధములైన అభిప్రాయములు కలవు. కనుక యీ విషయమును గురించి ఒకింత లోతుగ ఆలోచించుటకు ప్రయత్నింతము.

బాహ్య ప్రపంచమున శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములను ఇంద్రియములద్వారా తెలిసికొందుము. ఆ యా స్పందములు నాదము గ్రహించి అది మనసుపై ప్రతిబింబించి, మనసు సమ్మతి తెలిపినపుడే, ఆ విషయముల గురించిన జ్ఞానము పొందుదుము. బజారులో నడచుచున్నపుడు ఎన్నియో శబ్దములు, చిత్రములు వాసనలు మనకు గోచరములగును కాని అన్నియు మనల నాకర్షించవు. ఏవో బలవత్తరములగు స్పందములు కలవి కొన్ని మాత్రమే మనల నాకర్షించును. మన ఇంద్రియముల నాకర్షించ కుండుటకు కారణము మన మనసు వాటిపై కేంద్రీకరించి యుండలేదు. మన గదిలో గడియారము టిక్కు టిక్కు మనుచుండును. మన మనసు ఇతర విషయములపై కేంద్రీకరించి యుండుటచే ఆ శబ్దము మనకు వినిపించుట లేదు.

మనసు మూడు విధములైన స్పందములతో వృత్తులు పొందుచుండును. (1) ఇంద్రియములు బాహ్య విషయముచే సంసర్గము పొందినపుడు కలుగు స్పందములు. (2) భూతకాలములో జరిగిన విషయముల వలన కలుగు స్పందములు. (3) భవిష్యత్తును గురించిన ఆలోచనలకు సంబంధించిన స్పందములు, బాహ్య విషయ సంసర్గమునకు చెందిన విషయముల స్పందములు మనసు పొందకుండుట, ఇంద్రియములు యింద్రియార్థముల నుండి ఉపసంహరించు కొనుట, ప్రత్యాహార సాధనలోని ముఖ్యవిషయము. గడియారము శబ్దము

చేయుచున్నను ఆ శబ్దములు వినిపించకుండుట మన అనుభవములోనిది. ఇది స్వభావ సిద్ధముగ జరుగును. ఇందుకు కారణము మనసు అన్యాక్రాంతమగుట ధ్యానస్థితుడైనపుడు స్వభావసిద్ధముగ గాక స్వేచ్ఛచే (voluntarily) ఇంద్రియములను విషయముల నుండి మరలించుట ప్రత్యాహారము. ఇంద్రియములపై అంతటి అధికారము నిరోధక శక్తి కలిగియుండుటకు ప్రయత్నము చేయవలెను. చూడదలచినపుడు మాత్రమే కన్ను చూడవలయును. వినదలచినపుడే వినుట, అటులనే ఇతర ఇంద్రియములు పని చేయ గలుగునట్లు, ఇచ్ఛాశక్తిచే ఇంద్రియములు నియమింపగలుగుటే ప్రత్యాహారముయొక్క భావము.

సినిమా చూచునపుడు, పేకాడుచున్నపుడు, మిత్రులతో కాలము గడుపుచున్నపుడు ఇతర ప్రపంచమును విస్మరించుచుండుట సర్వసామాన్యమగు అనుభవములోనిది. ఈ పరిస్థితులలో మనసు అన్యాశక్తి మగుటచేత స్వభావ సిద్ధముగ ప్రత్యాహార ప్రక్రియ జరుగుచున్నది. అటులగాక ఇచ్ఛాశక్తి ప్రాభవముచే ఇంద్రియార్థములన్నిటి నుండి ఇంద్రియములను మరలించగలుగుట ప్రత్యాహార సాధనలోని ఆంతర్యము.

ఇక మానసునకు కలత చెందించునవి పూర్వస్మృతులు, భవిష్యత్తును గురించిన ఆలోచనలు. వీటిని యమ నియమ సాధనలచే నిరోధించవచ్చును.

మహానదిలోని నీటికి ఆనకట్ట వేయుట ద్వారా ఆ ప్రవాహము వృధాకాక ఒక మహాసరస్సు ఏర్పడును. ఆ నీటిని ఆనకట్ట కట్టుట ద్వారా అత్యంతమైన శక్తి సమకూరును. అపుడు ఆ ఆనకట్ట నుండి నిర్ణీతములైన ద్వారముల ద్వారా నీటిని వుపయోగించు ప్రక్రియ వంటిది ప్రత్యాహార సాధన.

సూ॥ 55. తతః పరమావశ్యతేంద్రియాణామ్ ॥

ప్రతిపదార్థము:- తతః = ప్రత్యాహారము సిద్ధించుట వలన, ఇంద్రియాణాం = ఇంద్రియముల యొక్క, పరమ = శ్రేష్ఠమైన, వశ్యతా = వశీకరణము (కలుగును.)

వ్యాఖ్యానము:- ఇంద్రియములు పూర్తిగా వశీకరణములగుట, ప్రత్యాహారము వలన కలుగు ఫలము. ఇంద్రియజయమును పలువురు పలువిధములుగా వర్ణించుచున్నారు. ధర్మ విరుద్ధములైన విషయభోగములను త్యజించుచు, ధర్మబద్ధమైన భోగములను ఇంద్రియములచే అనుభవింపజేయుట ప్రత్యాహారమని కొందరి అభిమతము. శబ్దాది విషయములందు ప్రవర్తించుచు వాటికి అధీనుడు గాక, స్వేచ్ఛగా ప్రవర్తించుట యని కొందరి అభిప్రాయము. రాగద్వేషములు లేక సుఖదుఃఖ శూన్యమైన శబ్దాదులు జ్ఞానము - ప్రత్యాహారమని కొందరి అభిప్రాయము. చిత్తనిరోధము వలన ఇంద్రియములను నిరోధించ గలుగుటయే ప్రత్యాహారము అని జైగీషవ్య మహార్షి అభిమతము. ఇట్టి ఇంద్రియ నిరోధమే యింద్రియ జయము అని తలపోయుట పతంజలి మహర్షి యొక్క అభిమతమని భావించవచ్చును.

ఉ ప సం హా ర ము.

సమాధిపాదములో, చిత్తవృత్తుల నిరోధము అనగా నేమో వాటి లక్షణములు, చిత్తవృత్తి నిరోధమువలన సమాధిస్థితి యెట్లు లభించును, మరియు సమాధుల వివరము తెలియజేయబడినది. చిత్తవృత్తి నిరోధమువలన మాత్రమే కాక, సమాధిస్థితిని పొందు యితర పద్ధతులు సూచన మాత్రముగ తెలియజేయబడినది. యోగమునకు కలుగు అంతరాయములు చిత్త మాలిన్యము = దానిని తొలగించు ఉపాయములు తెలియజేయబడినవి. సమాధిలోని వివిధ

దశలు అయిన సవితర్క, నిర్వితర్క, సవిచార, నిర్విచారములు, ఋతంభరప్రజ్ఞ, నిర్బీజసమాధి అను విషయములు సవిస్తరముగ వివరించబడినది.

చిత్తవృత్తి నిరోధము యోగము. సాధన పాదములో చిత్త వృత్తి నిరోధన ఎట్లు సాధించవలెనో వివరించబడినది. చిత్తవృత్తులు కలిగించు పంచక్లేశముల స్వభావము తెలియజేయబడి నది. పంచ క్లేశములవలన పొందు దుఃఖము నెట్లు నివారించవలెనో వివరించ బడినది. దుఃఖము ద్రష్ట దృశ్యములో తాదాత్మ్యము పొందుటచేత కలిగినది. ద్రష్ట, దృశ్యములు వాటి స్వరూప స్వభావముల గురించి తెలియజేయబడినది. ద్రష్ట, దృశ్యములకు వియోగము కలిగించుట వలన దుఃఖము దూరమగును. ఈ ద్రష్ట దృశ్యముల వియోగము కలిగించు ఉపాయము అష్టాంగయోగములో యమ, నియమ, ఆసన ప్రాణాయామముల సాధన మనసు ఇంద్రియములను విషయ ముల పైనుండి ఇచ్ఛాశక్తిచే మరలించు శక్తి ప్రత్యాహారము. ఇంత వరకు ఈ అయిదు యోగాంగములు బహిరంగ సాధనలు. ఇక అంతరంగసాధనలు ధారణ, ధ్యాన సమాధులు. ఈ మూడు ధ్యానము యొక్క మూడు దశలు. వీటిని గురించిన వివరములు విభూతి పాద ములో సవిస్తరముగ వివరించబడినవి. వాటివలన కలుగు సిద్ధుల గురించికూడ విభూతిపాదములో వివరించబడినది.

ఈ సూత్రముల పొందిక ఒక చైను (Chain) లోని తీగల కూర్పువలెనున్నది. ఇట్టి మహాక్లిష్టములైన విషయములను సూత్రీక రించి సాధకులకు లభింపజేసిన పతంజలి మహర్షికి భక్త్యంజలులు ఘటించి సాధనను గావించి మానవ లక్ష్యమైన కైవల్యమును పొందుటకు సాధన గావించుట ప్రజ్ఞాశాలియైన ప్రతి మానవుని కర్తవ్యము.

ఓం తత్ సత్.





శ్రీ గోవింద దామోదర స్తోత్రమ్



1. శ్రీకృష్ణ గోవింద హరే మురారే హే నాథ నారాయణ వాసుదేవ
జిహ్వే పిబస్వామృత మేతదేవ గోవింద దామోదర మాధవేతి.

2. విక్రేతుకామా కిల గోపకన్యా మురారిపాదార్పిత చిత్తవృత్తిః
దధ్యాధికం మోహవశా దవోచత్ గోవింద దామోదర మాధవేతి.

3. గృహే గృహే గోపవధూకదంబాః సర్వే మిలిత్వా సమవాప్య యోగమ్
పుణ్యాని నామాని వదంతి నిత్యం గోవింద దామోదర మాధవేతి.

4. సుఖం శయానా నిలయే నిజేఽపి నామాని విష్ణోః ప్రవదంతి మర్త్యాః
తే నిశ్చితం తన్మయతాం వ్రజంతి గోవింద దామోదర మాధవేతి.

5. జిహ్వే సదైవం భజ సుందరాణి నామాని కృష్ణస్య మనోహరాణి
సమస్త భక్తార్తి వినాశనాని గోవింద దామోదర మాధవేతి.

6. సుఖావసానే ఇదమేవ సారం దుఃఖావసానే ఇదమేవ జ్ఞేయమ్
దేహావసానే ఇదమేవ జాప్యం గోవింద దామోదర మాధవేతి.

7. శ్రీకృష్ణ రాధావర గోకులేశ గోపాల గోవర్ధననాథ విష్ణో
జిహ్వే పిబస్వామృత మేతదేవ గోవింద దామోదర మాధవేతి.

8. జిహ్వే రసజ్ఞే మధురప్రియత్వం సత్యం హితం త్వాం పరమం వదామి
ఆవర్ణయేథా మధురాక్షరాణి గోవింద దామోదర మాధవేతి,

9. త్వామేవ యాచే మమ దేహి జిహ్వే సమాగతే దండధరే కృతాంతే
వక్తవ్యమేవం మధురం సుభక్త్యా గోవింద దామోదర మాధవేతి.